تربية

طفل متمرد

قام بتصوير الكتاب
أحمد ياسين

دليل يحفظ العقل
لإيقاف السلوك السيئ

نقله إلى العربية
أيهم الصباغ

د. فيليب س. هال
د. نانسي د. هال

العبيكان
obeikan

قام بتصوير الكتاب
أحمد ياسين
للمتابعة عبر تويتر
@Ahmedyassin90

تربية طفل متمرد

دليل يحفظ العقل لإيقاف السلوك السيئ

قام بتصوير الكتاب
أحمد ياسين
للمتابعة عبر تويتر
@Ahmedyassin90

تربية طفل متمرد

دليل يحفظ العقل لإيقاف السلوك السيئ

فيليب س. هال، دكتوراه في علم النفس
نانسي د. هال، دكتوراه في التربية

نقله إلى العربية

أيهـم الصـباغ

قام بتصوير الكتاب
أحمد ياسين

العبيكان
Obeikan

Original Title

PARENTING A DEFIANT CHILD

A Sanity-Saving Guide to Finally Stopping the Bad Behavior

Phillip S. Hall, Ph.D. and Nancy D. Hall, Ed.D.

تصوير
أحمد ياسين

Copyright © 2007 by Phillip S. Hall and Nancy D. Hall

ISBN-13: 978-0-8144-7468-6

ISBN-10: 0-8144-7468-3

All rights reserved. Authorized translation from the English language edition
Published by AMACOM, a division of American Management Association, 1601 Broadway, New York, NY 10019 (U.S.A.)

حقوق الطبعة العربية محفوظة للعبيكان بالتعاقد مع أماكوم، نيويورك، الولايات المتحدة الأمريكية.

© العبيكان Obeikan 2009 - 1430

ISBN 3 - 859 - 54 - 9960 - 978

الناشر العبيكان Obeikan للنشر

المملكة العربية السعودية - شارع العليا العام - جنوب برج المملكة - عمارة الموسى للمكاتب

هاتف 2937574 - 2937581 فاكس: 2937588 ص. ب: 67622 الرمز: 11517

الطبعة العربية الأولى 1431هـ - 2010م

ح مكتبة العبيكان، 1430هـ

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

هال، فيليب

تربية طفل متمرد./ فيليب هال؛ نانسي هال؛ أيهم الصباغ.- الرياض، 1430هـ

250 ص؛ 16.5 × 24 سم.

ردمك: 3 - 859 - 54 - 9960 - 978

1. علم نفس الطفل 2. الانتباه (علم نفس) أ. هال، نانسي (مؤلف مشارك)

ب- الصباغ، أيهم (مترجم) ج. العنوان

ديوي 618.9289 1430/ 6441

امتياز التوزيع شركة مكتبة العبيكان Obeikan

المملكة العربية السعودية - العليا - تقاطع طريق الملك فهد مع شارع العروبة

هاتف 4160018 - 4654424 فاكس 4650129 ص. ب 62807 الرمز 11595

لا يسمح بإعادة إصدار هذا الكتاب أو نقله في أي شكل أو واسطة، سواء أكانت إلكترونية أو ميكانيكية، بما في ذلك التصوير بالنسخ «فوتوكوبي»، أو التسجيل، أو التخزين والاسترجاع، دون إذن خطي من الناشر.

الإهداء

إلى ماري ديلاني، الوالدة الاستثنائية

قام بتصوير الكتاب
أحمد ياسين

للمتابعة عبر تويتر
@Ahmedyassin90

قام بتصوير الكتاب
أحمد ياسين
للمتابعة عبر تويتر
@Ahmedyassin90

مُحتويات الكتاب

مقدمة........ 9

الشكر........ 13

القسم الأول: الوقاية........ 15

1 البدء........ 17

2 تحويل المنزل إلى بيئة ملائمة........ 43

3 تعزيز العلاقة بين الوالد والطفل 69

4 توقف عن قول «توقف عن ذلك!» 87

5 قيمة الروتين........ 105

القسم الثاني: التعامل مع التمرد وعدم الامتثال........ 127

6 كسر حلقة الإكراه........ 129

7 قواعد وأدوات........ 151

القسم الثالث: التخطيط للنجاح في المجتمع........ 173

8 الذهاب إلى المدرسة........ 175

9 الخروج إلى المجتمع........ 201

الهوامش........ 239

عن المؤلفين........ 249

تصوير
أحمد ياسين

مُقَدِّمَة

يتساءل جميع الآباء من وقت لآخر: هل يجدر بهم القلق بشأن عدم امتثال أطفالهم وتمردهم؟ يمثل ذلك ما يصعب اتخاذه من القرارات. تتسم بعض المستويات المتعلقة بعدم الامتثال والتمرد بالاعتيادية، لا سيما أثناء «العامين الرهيبين»، فضلاً عن أن اكتساب القدرة على معارضة إرادة الآخرين يعد أمراً صحياً، ضمن ظروف معينة[1]. تحدث المشكلة، في الحقيقة، حين يمتد العامان الرهيبان، ويرتفع المستوى المتعلق بعدم الامتثال والتمرد. إن كان ذلك يمثل حال طفلك، فيوجد من الأسباب ما يدفعك للقلق.

يمكن أن يدفعك القلق -على الأرجح- للتساؤل قائلاً: «هل آن الأوان لاتخاذ الإجراءات؟، هل أحتاج إلى القيام بشيء ما، وإن اتسم بالكثير من القسوة، لإنهاء تمرد طفلي وعدم امتثاله؟» محتمل. إن بلغ طفلك الثالثة أو ما يزيد، فيجدر بك طرح الأسئلة الآتية:

1. هل يستثير طفلي، بصورة متكررة، غضب الآخرين؟

2. هل يتحداني طفلي بصورة متعمدة؟

3. هل يتعمد طفلي، بغية إيقاع الأذى، إثارة النزاع والتشاجر مع أشقائه؟

4. هل يطلق طفلي ثورات غضبه، حين لا تسير الأمور كما يشتهي؟

5. هل أسمح لطفلي بالنجاة بأفعاله، كي أحظى بشيء من الهدوء والسكينة؟

إن أجبت بنعم عن اثنين أو أكثر من تلك الأسئلة، فسيعني ذلك أن الوقت قد حان لاتخاذ الإجراءات. لا يتخلص من يظهر عدم الامتثال والتمرد في سن مبكرة من الأطفال، من هاتين الصفتين، مع تقدمه في العمر، إلا فيما ندر من الأوقات[2]، لتأخذ ثورات غضبه في التزايد، إضافة إلى ما يظهره من التمرد وعدم الامتثال، إلى الحد الذي يعطل المنزل بأكمله، ويضفي التوتر على زواجك. يثير أولئك الأطفال، على حد سواء، المشكلات في المدرسة وغيرها من الأماكن في المجتمع، مما يلزمك بالتحرك.

ولكن ما العمل بذلك الصدد؟. يقول بعض «الخبراء»: إن سلوك الطفل المتمرد متعمد. ومن ثمَّ يعمد أولئك الخبراء، بدافع من تلك القناعة، إلى إخبار الوالدين أن ما يحتاجه الطفل يتمثل في جرعة صحية من التأديب الصارم. أخبرتني إحدى الوالدات عن حوار دار مع أحد أولئك الاستشاريين. خاطبها الأخير، بعد أن وصفت سلوك طفلها، قائلاً: «يتمثل أول ما يتعين عليك فهمه في أنك تخسرين حين يربح الطفل. يحتاج ولدك أن يعلم من يتولى زمام الأمور. يتعين أن يدرك مدى جديتك حين تخبرينه ما يفعل».

لا نتفق مع تقويم المشكلة ذاك، أو ما وضع لها من حلول. لا يوجد من الأطفال من يستيقظ ذات يوم ليقرر التمرد، وعدم الامتثال، وتبني العدوانية. يرفض الأطفال الامتثال، بالأحرى، ويتسمون بالتمرد بصورة تدريجية، نتيجة أسباب متعددة. تظهر المشكلات السلوكية لدى بعض الأطفال نتيجة نشأتهم فيما هو متوتر من الأوضاع. يتصرف أولئك بصورة سلبية في محاولة للتأقلم مع تلك الأوضاع. تعد العدوانية، من وجهة نظر الطفل، ضرورية للحفاظ على ذاته. يكافأ أطفال متمردون آخرون، ولو بصورة غير متعمدة، نتيجة إصرارهم على فعل ما يشاؤون. لا يعود التمرد وعدم الامتثال، من وجهة نظرهم، إلا بما هو مجزٍ من العوائد. يوجد، إضافة إلى ذلك من يولد من الأطفال المتمردين بما هو سيئ من الطباع. يأتي أولئك إلى العالم بما يعيقهم طوال الحياة من الطباع، ويسبب المشكلات للمحيطين بهم.

يتمثل بيت القصيد، بكل الأحوال، في أن عدم امتثال أولئك الأطفال، فضلاً عن تمردهم وعدوانيتهم، لا يعود إلى استمتاعهم بما يسببونه من معاناة لوالديهم؛ بل لعجزهم عن إدراك إشارات التواصل الاجتماعي. لا يثير أولئك الأطفال النزاع؛ لرغبتهم في إهانة الناس؛ بل لافتقارهم إلى السيطرة على اندفاعهم. لا يتسم أولئك الأطفال بالعدوانية؛ لأنهم يستمتعون بأن يكونوا بغيضين؛ بل لجهلهم أي طريقة أخرى لنيل مرادهم.

تتجسد الحقيقة في أن الأطفال المتمردين يخفقون بالفعل، في سن مبكرة، في أكثر مهام الحياة أهمية -تعلم كيفية الانخراط فيما هو مثمر من العلاقات المتبادلة. لا يحتاج أولئك الأطفال إلى من يحاول معاقبتهم من الوالدين على ما يظهرونه من عدم امتثال وتمرد؛ بل بالأحرى، إلى من يوفر الرعاية من الوالدين، المتسمين بالتعاطف مع أطفالهم، العالمين بكيفية مساعدتهم في تطوير علاقاتهم الإيجابية وتعزيزها. يحتاج آباء الأطفال

ذوي المشكلات السلوكية، بغية تحقيق ذلك، إلى اكتساب ما هو جديد من المهارات. لا بد أن نتسم، مع ذلك، بالكثير من الصراحة في هذه المرحلة. لا يوجد، عند تربية الأطفال ذوي المشكلات السلوكية، ما هو سهل من الإجابات أو سريع من الحلول. لا مناص من العمل في ذلك السياق. ابحث، إن أمكن عمن يشاركك الوضع ذاته من الآباء الآخرين، واعمل بمشاركته على قراءة هذا الكتاب، فصلاً تلو الآخر؛ لتنخرطا في مناقشته، بينما تمضيان قدمًا. يجدر بكما، بما يتسم بالقدر الأكبر من الأهمية أن تعمدا إلى مساعدة ودعم بعضكما، بينما تتعلمان أفكاراً جديدة، قبل الشروع في تطبيقها.

يعرض هذا الكتاب الأساليب والمهارات التي تمكنك، عند تطبيقها، من نقل علاقتك بطفلك من مرحلة المواجهة إلى الانسجام. ستتعلم، في هذا الكتاب كيفية منح طفلك الأساس والدعم الذي يحتاج للتصرف بطريقة ملائمة. ستتعلم، على حد سواء، كيفية استخدام ما يظهره طفلك من سلوك ملائم لتعزيز علاقتك به، مما يمثل العلاج لإنهاء مشكلات طفلك السلوكية.

الشكر

ندين بالفضل للأصدقاء والزملاء الذين قرؤوا المسوَّدات الأولية لهذا الكتاب. قدم أولئك ما هو قيم من الاقتراحات والإسهامات التي حسنت من مستوى الكتاب، وزادت من قابلية الناس لقراءته. نود أن نشكر، على وجه الخصوص، فاي جاكمان؛ لتحريرها المسودَّة الأولى لهذا الكتاب، ومساعدتها في صياغة مخطوطته بما جذب انتباه عدد من شركات النشر. نشكر، على حد سواء، الدكتور توم ستاناغ، عالم النفس السريري الاستثنائي في موهبته، الذي قدم الاقتراحات والنصح بما ساعدنا في مقاربة أفضل لمخاوف الوالدين واهتماماتهما. عمل، إضافة إلى ذلك، كل من دان ماير، وشون هاس، وتيري تاكر على قراءة فصول معينة من الكتاب، وتقديم ما هو مفيد من النصح.

القِسمُ الأوّل

الوقاية

يركز العديد من الكتب، حول تربية الأطفال المتمردين، على كيفية تأديبهم، حين يتصرفون بطريقة غير ملائمة. تتبع تلك الكتب مقاربة انفعالية فيما يتعلق بتربية الأطفال، وتخبرك بكيفية معاقبة طفلك حين يسيء التصرف. تغفل تلك الكتب، بكل الأحوال، الإشارة إلى النقطة الأكثر أهمية، المتمثلة فيما يمكنك القيام به لدفع طفلك إلى اتباع السلوك الملائم في المقام الأول.

توصلنا، عقب سنوات من العمل مع الأطفال المتمردين ووالديهم، إلى القناعة المتمثلة في أن عدم امتثال الطفل، وتمرده، وعدوانيته لا تجسد سوى طرفٍ من المعادلة، وأن الطرف الآخر يتجلى في وجه الطفل المصاب بالاكتئاب من جرّاء شعوره بالإحباط وعدم التقدير. يحتاج ذلك الطفل المحبط إلى دعمك واهتمامك، بالنظر إلى أن شعوره بالتقدير والمحبة غير المشروطة سيزيل عنه صفة التمرد.

لم يجانب بن فرانكلين الصواب حين قال إن: «درهم وقاية خير من قنطار علاج». ومن ثمّ، يتمحور القسم الأول من الكتاب، حول مسألة الوقاية: ما يمكنك القيام به لتوفير الظروف الخاصة التي يحتاجها طفلك المتمرد، كي يرتقي إلى مستوى طموحاتك.

1

البدء

أم يائسة

تحدثتْ بعصبية عبر الهاتف قائلة: «أدعى ماريا ديلغادو. أحتاج العون فيما يتعلق بولدي جستين».

«كم يبلغ جستين من العمر؟».

«خمسة أعوام».

«ما العون الذي تحتاجين وولدك؟».

«دخل جستين روضة الأطفال هذا الخريف. مضت الأمور مدة على ما يرام، لتتصل بي المديرة، في كل الأيام، قائلة: إن جستين يمر بوقت عصيب، مطالبة بحضوري لاصطحابه». أردفت السيدة ديلغادو، فيما بعد، بصوت متحشرج، قائلة: «ولكن أين لي أن أصطحبه؟».

«هل تكمن مشكلتك المباشرة في جهل ما تصطحبين إليه جستين من أمكنة، حين تستبعده الحضانة بقية اليوم؟».

«أجل، حيث يتعين علي العودة إلى العمل».

«ألا يمكنك إلحاقه بأي من برامج الرعاية؟».

«لا، بالنظر إلى استبعاده من جميعها. خاطبني المدير اليوم، محذراً من اضطراره إلى الاستغناء عن خدماتي إن واصلت مغادرة العمل للأسباب الأسرية الطارئة. أجهل ما أفعل حقيقة، هل يمكنك مساعدتي؟» طرحت السيدة ديلغادو السؤال الأخير، لتأخذ في البكاء.

لا تخلو تربية طفل كجستين من الإزعاج، والإذلال، والإحباط. لا يطيع نظراؤه من الأطفال والديهم، ولا يستجيبون لهم حين يسألونهم القيام بأمر ما؟ يتمرد الطفل حين تتكرر المطالبة، ويصرخ، في الكثير من الأحيان، بأعلى صوته مجاهراً برفضه، راسماً ملامح التحدي على وجهه. إن استمررت في الإلحاح عليه، وتهديده، فسيصبح أكثر عدوانية، وقد يقلب الكرسي، إن حاولت تنفيذ وعيدك يرمِك بلعبة، أو يضربك، أو يركلك، أو يبادر إلى عضك.

يتسم العديد من الأطفال المتمردين، بما يزيد الطين بلة، بالاندفاع على حد سواء، ويقومون، دون التفكير في العواقب، بما هو سخيف من الأمور، كجاك، على سبيل المثال الذي عمد إلى نثر بودرة الأطفال على الأرضية الخشبية؛ كي يتمكن من التزحلق عليها، أو سالي البالغة خمسة أعوام، التي خاطبت الجارة، حين أتت لتناول الفطائر والقهوة، قائلة: «لا عجب أنك بدينة للغاية فإنك تأكلين الكثير من الطعام». يعمد الأطفال المتمردون، إضافة إلى ذلك، في بعض الأوقات، إلى القيام بما هو بغيض من الأفعال، كرستي، البالغ عشرة أعوام، الذي عمد إلى قذف أحد راكبي الدراجات من الفتية، قبالة المنزل، بكرة الألوان.

يرفض الأطفال المتمردون تنفيذ مطالب والديهم. يصرخ مَنْ على شاكلتهم، حين يسأله الوالدان الذهاب إلى الفراش؟ قائلاً: «لا!، لن أخلد إلى النوم، أشاهد التلفاز»، ويصاب بنوبة من الغضب إن حاولوا إرغامه على القيام بذلك، وليؤثروا الهدوء والسكينة يتركوه، حتى يغط في النوم من تلقاء نفسه.

يجد الأطفال ذوو المشكلات السلوكية، إضافة إلى ذلك، الكثير من العناء في اللعب مع أصدقائهم. يلهون برفقتهم مدة خمس عشرة دقيقة، في الكثير من الأحيان، قبل أن ينشب العراك بينهم لأتفه الأسباب. إن كنت والداً لأحدهم، فيمكن أن يمثل الذهاب إلى متجر البقالة أو مركز التسوق ما هو حقيقي من الكوابيس. يعمدون إلى المطالبة بقطع الحلوى، كما يحدث في الكثير من الأحيان، بينما تدفع المال مقابل مشترياتك على منضدة المحاسبة،

ليبعثروا محتويات رفوفها على الأرض، حين لا تستجيب لمطلبهم بصورة مباشرة، صارخين بأعلى ما أمكنهم من الأصوات، قائلين: «نريد الحلوى، نريد الحلوى».

يواجه الأطفال المتمردون المشكلات في المدرسة على حد سواء. يتشاجرون مع التلاميذ الآخرين أثناء الفسحة، ويحرمون، في الكثير من الأحيان، من امتيازاتهم أثناءها. يعصون معلميهم، ولا يؤدون عملهم الفصلي، فضلاً عن إثارة الفوضى في الفصل، بما هو أكثر سوءاً، مما يعيق زملاءهم عن التعلم.

يظن العديد من آباء الأطفال المتمردين، لسوء الحظ، أنهم من يعانون وحدهم تلك المشكلة في المجتمع (إن لم نقل العالم بأسره)، بينما يطيع بقية الأطفال والديهم، ويظهرون الكثير من الاحترام. يجانب ذلك الصواب بكل تأكيد. يتسم ما يتراوح بين خمسة وعشرة بالمئة من الأطفال، بما لا يفتقر إلى الوضوح، بالتمرد، والعدوانية، فضلاً عن عدم الإذعان لوالديهم. لست وحدك من يعاني بذلك الصدد. لا تدع الإحراج يحول دون مساعدة طفلك.

ولكن من أين نبدأ؟

يتجسد أول ما يطرح من أسئلة، من قبل والدي الأطفال ذوي المشكلات السلوكية، في الآتي: «ما الذي يمكنني فعله «لمنع» ولدي من التصرف بصورة سيئة؟» يتسم ذلك السؤال بالمنطقية، ولا بد من الإجابة عنه في نهاية المطاف، ولكن لا يجدر البدء به، بكل الأحوال؛ بل التساؤل عما «يمكن فعله «لأجل» ولدي كي يتصرف بشكل أفضل». تتدرج ثلاث خطوات أولية مهمة في ذلك السياق.

الخطوة الأولى: توقف عن لوم نفسك

يعتقد آباء الأطفال ذوي المشكلات السلوكية، في العادة، أنهم المسبب الرئيس لها، مما يدفعهم إلى إلقاء اللوم على أنفسهم. لن يسهم الشعور بالذنب، بكل الأحوال، في تحسين سلوك طفلك. يتملك ذلك الشعور بعض الآباء، في الواقع، بحيث يعجزون عن القيام بأي من الخطوات لمعالجة مشكلات أطفالهم، لاعتقادهم أنها ناتجة عن أخطائهم في المقام الأول.

قد لا يفعل الآباء ذلك في كل الأحوال، ولكن الآخرين سيبادرون إلى إلقاء اللوم عليهم، مما يسهم في تعقيد الأمور.

«هو خَطَؤُك!».

خاطبت السيدة لارسن مجموعة تدريب الوالدين، قائلة: «لم يكن براندون قد أمضى أكثر من أسبوع في المدرسة، حين تلقيت مكالمة هاتفية من المعلمة. سألتني القدوم للقائها عقب الدوام، لتجيبني، حين سألتها عن السبب، قائلة: إن براندون يتصرف بشكل فظيع في فصلها».

«وجدت الجميع في انتظاري حين بلغت المدرسة: المعلمة، وطبيب المدرسة النفسي، وموجه التعليم الخاص، والمدير. بدأت المعلمة الحديث أولاً، لتصف بالتفصيل سلوك براندون في الفصل وملعب المدرسة، وتظهره بوصفه وحشاً كاسراً. لم يمثل ذلك الأمر الأسوأ في الجلسة، بل ما خاطبني به المدير قائلاً: «نعلم جميعاً السبب وراء مشكلات براندون السلوكية. لو عملت على تأديبه في المنزل، لما تصرف بتلك الطريقة في المدرسة»».

لا تعاني السيدة لارسن وحدها تلك المشكلة. يتعرض العديد من ذوي الأطفال المتمردين، على حد سواء، للوم على مشكلات أطفالهم السلوكية، ويشعرون بالذنب، في بعض الأحيان، نتيجة ما يتهمهم به الآخرون، من الأغراب بصورة كلية.

اضربي ذلك الطفل على مؤخرته بشدة

تحدثت السيدة بولسون قائلة: «اصطحبت رستي للتسوق في متجر البقالة الأسبوع المنصرم. تصرف بشكل جيد للغاية، بينما كنا نطوف بأروقة المتجر، واستمر في ذلك حتى دفعت العربة نحو الرتل عند منضدة المحاسبة. رأى الطفل قطع الحلوى، بينما كنت أنتظر احتساب كلفة مشترياتي».

طالبني، في حينه، قائلاً: «أود قطعة من الحلوى!»، ليلتقط عدداً من القطع، بينما كنت أفكر في مطلبه، ويلقيها في عربة التسوق.

خاطبته قائلة: «توقف عن ذلك!»، فيضرب الرف بيده على الفور، ويطيح بالعشرات من قطع الحلوى على الأرض.

عمد أحد الرجال الواقفين خلفنا إلى الإمساك بسترة رستي من الخلف، وحمله، بحيث لامست أصابع قدمي الطفل الأرض، قبل أن يخاطبني قائلاً: «ها هو ذا طفلك المدلل، اضربيه على مؤخرته الآن بما يستحق».

لا يفيد إلقاء اللوم على الوالدين في شيء؛ بل يدفعهم إلى العزلة، ويقيم من الحواجز ما يحول دون التماسهم العون. لا تجسد أساليب الوالدين في التربية، إضافة إلى ذلك، إلا أحد العوامل المؤثرة في سلوك الأطفال، إلى جانب أمزجتهم المستندة إلى عامل الوراثة[3]. يتصف سلوك العديد من الأطفال المتمردين بالإزعاج -فضلاً عن اتسامهم بالنزق، وسرعة شعورهم بالغضب، وصعوبة تهدئتهم- حين يكونون في أسابيعهم الأولى، بما يشير إلى ولادتهم بما هو سيئ من الأمزجة التي تدفعهم منذ اليوم الأول للاستجابة للعالم بكثير من التمرد، وعدم الامتثال، والعدوانية. تمثل تربية أولئك الأطفال تحديًا حقيقيًّا، ولما كان تغيير أمزجتهم يعد من الأمور المستحيلة، فإن أفضل ما يمكن أن يفعله الآباء يكمن في مساعدتهم في التعامل مع طباعهم السيئة.

ينزع مجتمعنا على الدوام -لسوء الحظ- إلى إلقاء اللائمة على أحدهم عند حدوث خلل ما. لا يقتصر الأمر، فيما يتعلق بذلك الصدد، على الأطفال ذوي المشكلات السلوكية فحسب؛ بل من يعانون مشكلات التعلم على حد سواء. تدل القصيدة الآتية، لأحد الشعراء المجهولين، بوضوح على تلك النقطة:

الأحمق الصغير

أستاذ الجامعة: «كم هو مخزٍ ما يتسم به هذا الطالب من جهالة،
تُلام المدرسة الثانوية على افتقاره للإعداد الصحيح».
معلم المدرسة الثانوية: «يا إلهي، هذا الطالب أحمق،
يمثل ذلك خطأ المدرسة الإعدادية بالتأكيد».

معلم المدرسة الإعدادية: «لا أُلام على حماقته الشديدة،
أرسلته المدرسة الابتدائية مفتقراً إلى للتأهيل».
معلم المدرسة الابتدائية، باستياء: «تدمر الحضانة عقول الجميع،
أهو ما يسمونه إعداداً، أم ما يفوق الجهالة سوءاً»؟

معلم الحضانة: «لم أرَ افتقاراً للإعداد كهذا،
أي نوع من الأمهات هي»؟
الأم: «لا يلام طفلي المسكين،
من شابه أباه فما ظلم».

الأب، في نهاية المطاف: «أشتبه بأن الأحمق ولدي في المقام الأول».

الخطوة الثانية: شخِّص الحالة بدقة

ينتج ما هو مفرط من التمرد، وعدم الامتثال، والعدوانية لدى العديد من الأطفال عما يدعوه أطباء الصحة النفسية «اضطراب العناد الشارد»[4]. تترافق صفات التمرد، وعدم الامتثال، والعدوانية، إلى حد بعيد، مع اضطراب العناد الشارد، بحيث يعتقد العديد من الناس أن جميع من يظهر تلك الصفات من الأطفال مصابون بذلك المرض، مما يؤدي، في العديد من الأحيان، إلى إساءة تشخيص حالتهم.

تشخيص التلفاز

خاطبت السيدة جاكمان مجموعة تدريب الوالدين، أثناء لقائها الأول، قائلة: «جهلت ما أقارن به سلوك بيتر، بوصفه ولدي الأول، حتى أنجبت جينيفر عقب ثلاث سنوات، لأدرك بصورة مفاجئة أنه يفتقر إلى النموذجية في سلوكه، وأتساءل عن مكامن الخطأ فيه».

«تابعت برنامج «مونتيل ويليامز شو» في صبيحة أحد الأيام، بينما كنت أنظف مائدة الإفطار، ليأتي بزوجين عرضا شريطاً منزلياً مسجلاً عن طفلهما، يظهر امتناعه عن تنفيذ ما يطلب منه، وإصابته بنوبة شديدة من الغضب، حين يحاول والده إرغامه على القيام بذلك. فكرت قائلة لنفسي، في حينه: إن بيتر يتصرف مثله تماماً».

«استضاف البرنامج خبيراً فيما بعد، أظنه طبيباً نفسيًّا، ليتحدث عن إصابة ذلك الطفل باضطراب العناد الشارد، لأتيقن على الفور من إصابة بيتر بالمرض ذاته».

يصرح معلمو الحضانات أو المربون، فيما يتعلق ببقية الآباء، عن إصابة أطفال الأخيرين باضطراب العناد الشارد. لا يفتقر أولئك، في العديد من الأحيان، إلى حسن النية والصوابية فيما يقدمونه من نصح مفيد، ليثبت خطؤهم في العديد من الأحيان على حد سواء. لا يتسم التشخيص الصحيح لأمراض الطفل السلوكية بتلك السهولة. يمكن أن تعود صفات التمرد، وعدم الامتثال، والعدوانية لدى الطفل لاضطراب العناد الشارد، ولكنها يمكن أن تعزى كذلك، على سبيل المثال لا الحصر، إلى الإصابة بمتلازمة أسبرغر، اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه، والاضطراب ثنائي القطب، والاكتئاب، ومتلازمة إكس الهش، واضطراب القلق العام، واضطراب الوسواس القهري.

لا يعتمد تشخيص أمراض الطفل السلوكية على صفات التمرد، وعدم الامتثال، والعدوانية ذاتها؛ بل المواقف التي تظهر فيها، ومدى شدتها، والغرض المتمثل منها، وعمر الطفل عند ظهورها، فضلاً عن الصفات الجسدية، بصورة جزئية، وتحليل الصبغيات في بعض الحالات، كما في إكس الهش، حيث يستلزم الحصول على عينة من دم الطفل البحث عن الشواذ ضمن أي من الصبغيات الستة والأربعين التي تحويها كل من خلايانا. يتمثل بيت القصيد، باختصار، في عدم سهولة التشخيص الصحيح لأسباب التمرد، وعدم الامتثال، والعدوانية المفرطة لدى الأطفال. يتمثل أفضل المختصين، فيما يتعلق بذلك الصدد، في أطباء نفس الأطفال، وأطباء الأطفال المختصين في النمو، وعلماء النفس السريريين المختصين في أمراض الطفولة السلوكية.

فكرة رئيسة:

يتعين فحص الأطفال ذوي مشكلات السلوك الجدية من قبل المختصين؛ بغية تشخيصها بصورة صحيحة.

يتسم تشخيص أسباب التمرد المفرط لدى الطفل بالكثير من الأهمية؛ نظراً لإسهامه في تحديد العلاج الأفضل لتلك الحالة. إن اكتشف الطبيب -على سبيل المثال- إصابة الطفل بالحمى والتهاب الحلق، فسيشتبه في إصابته بعدوى بكتيرية، بينما يمكن أن تنتج تلك الأعراض عن أسباب أخرى. يلجأ الطبيب المتمرس -أخيراً- إلى فحص الحلق بصورة شاملة؛ للتحقق من وجود البكتيريا. يعمد الطبيب فيما بعد، حال إصابة الطفل بالبكتيريا،

إلى إعطاء المضادات الحيوية، بما يسهم في قتل البكتيريا، وإزالة الأعراض كلها، وشفاء الطفل بصورة تامة.

يدل المثال السابق على أن التشخيص الصحيح يحدد العلاج المناسب، بما يؤكد ضرورة اتباع المقاربة ذاتها فيما يتعلق بأمراض الطفل السلوكية. ستستفيد، من جرّاء ذلك، والطفل، مما يقدمه الدواء المناسب والتدخلات العلاجية السلوكية الملائمة. إن عادت أسباب التمرد لدى طفلك، فضلاً عن عدم امتثاله وعدوانيته، إلى الاكتئاب، على سبيل المثال، فسيشكل اللجوء إلى مضادات الاكتئاب جزءاً من التدخل العلاجي المناسب، بالنقيض مما إذا كانت تلك الأسباب ناتجة عن متلازمة أسبرغر.

لا يحتاج الطبيب المختص في عيادته، في العادة، إلى أكثر من 30 - 60 دقيقة لتشخيص مرض الطفل السلوكي. يسهم التأمين الصحي، على وجه العموم، في تأمين كلفة العلاج، إن أوصى به طبيب الأسرة، ولكن بغض النظر عمن يدفع المال، فإنه لا ينفق سدى في تلك الحالة.

فكرة رئيسة:

يسهم التشخيص الصحيح، الذي يمكن أن يتم في العادة في جلسة واحدة، في تحديد أفضل أنواع التدخل العلاجي، وأكثرها فائدة.

يكفل التأمين تغطية كلفة التقويم الطبي إن اتسم طفلك بالتمرد، وعدم الامتثال، والعدوانية، واستوفى اثنتين أو ثلاثاً من المواصفات الآتية:

- يبلغ الطفل 3 سنوات أو أكثر، وتستمر أنماط سلوكه بما يتجاوز ستة أشهر.
- لا يمكن التنبؤ بنوبات غضبه المفاجئة.
- يمكن أن يثور لأتفه الأسباب.
- يسعى لإيذاء نفسه، أو الآخرين، أو الحيوانات الأليفة، أو يتحدث بذلك الشأن.
- يوقع الكثير من الأضرار في المنزل أو محتوياته.
- يتسم بنشاط غير اعتيادي، مندفع، ويعاني مشكلة في الحفاظ على تركيزه.

- يظهر معلمو الحضانة أو المدرسة القلق، بشكل متكرر، من سلوكه.
- تجهل ما تفعل بشأنه، وتشعر بالعجز، متبعاً العديد من المقاربات دون جدوى.

يشير التقويم الطبي، في بعض الأحيان، إلى أن تمرد الطفل وعدم امتثاله لا يشكلان الصورة الأكبر. يصاب العديد من الأطفال المصابين باضطراب العناد الشارد بأمراض أخرى، كمتلازمة أسبرغر، واضطراب الوسواس القهري، واضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه على وجه الخصوص. تدل الدراسات، في الواقع، على إصابة 30% من الأطفال المصابين باضطراب العناد الشارد باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه على حد سواء[5]. يستجيب مرضى الأخير، لحسن الحظ، للدواء بصورة مُرْضِية[6]. يقلل التشخيص والعلاج الناجع لاضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه، بصورة ملموسة، من السلوك المندفع لدى الطفل، ويحسن من قدرته على تلبية مطامح والديه. ومن ثمّ يدرك الآباء وأطفالهم أن استمرار الجهود المبذولة يسهم، على الأرجح، في حل ما يعانون من مشكلات. إن لم يشخص اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه، بالمقابل، ومن ثمّ ترك بلا علاج، فلن يستجيب الأطفال ذوو المشكلات السلوكية إلى أفضل ما يخرج به مختصو التربية من أساليب، وسيصابون، إلى جانب والديهم، بالإحباط وخيبة الأمل، مما يسهم في توقفهم عن بذل المحاولات، وتخلي كل من الطرفين عن الآخر.

يتعين فحص الأطفال ذوي المشكلات السلوكية من قبل المختصين، على حد سواء، بالنظر إلى ما يمكن أن يضعه الأخيرون من تقويم للتوتر الذي يسببه الطفل للوالدين، والأسرة، والمدرسة، فضلاً عن إمكانية توفيرهم مجموعة من الخدمات المفيدة إن بلغ ذلك التوتر مرحلة كبيرة.

الخطوة الثالثة: اعتنِ بنفسك أولاً.

تعمد مضيفة الطيران، حين تأخذ الطائرة في الإقلاع، إلى تلقين المسافرين إرشادات الأمان، قائلة: «إن حدث هبوط مفاجئ في الضغط داخل الطائرة، فسيتدلى كيس بلاستيكي بصورة تلقائية من خزانة الأمتعة العلوية. أمسكوا بالقناع على الفور، واسحبوه إلى الأسفل، وثبتوه على وجوهكم. سيأخذ الأكسجين بالتدفق. فليضع كل منكم قناعه قبل أن يعمد

لمساعدة الآخرين». تتسم المطالبة الأخيرة بالأهمية على وجه الخصوص. تسأل مضيفة الطيران البالغين الحصول على حاجتهم من الأكسجين أولاً، قبل أن يهرعوا لمساعدة أطفالهم. لا يفتقر المعنى إلى أي قدر من الوضوح. إن لم يفعل الآباء ذلك، فسيتعرضون، وأطفالهم، إلى خطر الموت.

تنطبق النصيحة ذاتها على آباء الأطفال ذوي المشكلات السلوكية. يتعين عليك، قبل التعامل مع مشكلات طفلك السلوكية، أن تتعامل مع ما يقلق راحتك، ويضعف من قدرتك على أداء دور فاعل في تربيته. يعني ذلك، على وجه الخصوص، ضرورة التعامل مع أحد العوامل المؤثرة في اكتساب الأطفال صفتي التمرد وعدم الامتثال -توتر الوالدين[7].

توتر الوالدين:

سألنا الوالدين في بداية المطاف، في كل من المجموعات التدريبية، ملء استبيان توتر الوالدين[8]، لنكتشف أن المشاركين في مجموعاتنا التدريبية يعانون نسبة عالية من التوتر بصورة ثابتة.

يظهر التوتر أسوأ ما في البشر، إن بلغ أشده على وجه الخصوص، ويقلل من قدرتنا على أداء ما يستلزم نقاء الذهن من مهام، فضلاً عن التحكم العاطفي المطلوب عند التعامل مع نوبات غضب الطفل على سبيل المثال. يتسم اختبار مستوى توترك بقدر كبير من الأهمية. تتوقف قدرتك على التحول إلى الوالد الذي تريد على إبقاء التوترات المؤثرة في حياتك ضمن ما يمكن التعامل معه من مستويات.

فكرة رئيسة:

يتعين على الوالدين التعامل مع مسببات توترهم قبل العمل على مساعدة أطفالهم.

يمكن أن يندرج التوتر ضمن فئتين: الأولى، ما يمكن تقليصه بصورة مؤثرة من التوتر حال اتخاذ الإجراءات المناسبة، كالوالد المكتئب سريرياً، على سبيل المثال، الذي يتلقى العلاج بما يقلص بشكل كبير من توتره.

الثانية، ما يستحيل مغالبته من التوتر على وجه التقريب، الذي يصيب الوالد العزب، على سبيل المثال. لا تسهل معالجة ذلك التوتر بصورة سريعة مباشرة. يتعين على الآباء العازبين، أخيراً، اختبار الكيفية التي يؤثر بها ذلك التوتر في قدرتهم على تربية أطفالهم، وحماية الأخيرين منها.

أظهرت الدراسات أن مسببات التوتر الآتية تعرض الأطفال للمخاطر المتمثلة في تطور المشكلات السلوكية. تأمل في كل منها، واعمل على تحديد هل كانت تؤثر في قدرتك على التربية؟. لا يتسم التقويم الذاتي بتلك السهولة، ولكن الرغبة في امتلاك القدرة على مساعدة طفلك تقتضي تعيين ما يعيق وظيفتك بوصفك أباً من مسببات التوتر، ووضع ما يكفل التعامل معها من خطط.

فئة مسببات التوتر الأولى: اعمل على تقليصها.

المشكلات الزوجية:

تعرض حالات الزواج المضطربة الأطفال للمخاطر المتمثلة في التمرد وعدم الامتثال(9). إن تعرض زواجك للكثير من المشكلات فيمكن للاستشارة النفسية أن تؤثر بصورة إيجابية في سلوك طفلك. إن رَفَضت زوجك اللجوء إليها، فاعمل على تحوير المشكلة، قائلاً إنها تتعلق بالطفل، الذي يمثل المشكلة الأكثر مباشرة، لا الزواج ذاته. يمكن أن تخاطب زوجك، بذلك الصدد، قائلاً: «عزيزتي، يقلقني سلوك دانييل. أعتقد أنه سيحظى بالفائدة إن حصلنا على شيء من التوجيه بذلك الصدد». لا يفتقر ذلك إلى الصحة، ويمثل سبباً وجيهاً للجوء إلى الاستشارة، حيث تتكشف مشكلات الزواج الإضافية بشكل تلقائي أثناء العلاج. إن استمرت زوجك في رفضها الاستشارة، بكل الأحوال، فاذهب بمفردك.

لا تؤثر مشكلات الزواج ذاتها بشكل سلبي في الأطفال؛ بل رؤية الأخيرين والديهم، والاستماع إليهم، حين يتجادلون ويتشاجرون (10). إن قررت وزوجك أن اللجوء إلى الاستشارة بشأن الزواج يمثل أمراً مفيداً، فاحرصا، أثناء خضوعكما للعلاج، على إبعاد أطفالكما عن مجادلاتكما وخلافاتكما.

الاكتئاب:

تتعرض أمهات الأطفال المتمردين، على وجه الخصوص، لمخاطر الإصابة بالاكتئاب[11]. تتجسد أعراضه لدى البالغين في الآتي[12]:

- الخمول.
- الشعور باليأس.
- تقلص الاهتمامات.
- انعدام الحيوية.
- الاستيقاظ في الصباح الباكر، والعجز عن النوم مجدداً.
- الشعور بانعدام القيمة.
- فقدان الوزن.

إن شعرت باثنين أو أكثر من تلك الأعراض أكثر من شهرين، عاجزاً عن تحديد مسبباتها الجسدية، فالجأ لزيارة الطبيب المختص. إن كانت الأعراض ناتجة عن الاكتئاب، فسيعمل الدواء على الحد من تأثيرها بشكل ملموس. يسهم الأخير، إلى جانب جلسات العلاج الكلامي، في العادة، في تحسين حالة المريض على المدى الطويل[13].

الكحول والعقاقير:

يُعرِّض من يتعاطون الكحول والعقاقير المعدلة للمزاج أطفالهم لمخاطر المشكلات السلوكية (14، 15). لا يتسم الحد بين الاعتدال في الاستهلاك والإسراف، لسوء الحظ، بالوضوح في مجتمعنا. هاكم بعض المؤشرات فيما يتعلق بذلك الصدد:

- إنْ مثَّل تناول المواد المعدلة للمزاج جزءاً من الروتين اليومي، فسيشير ذلك، على وجه الاحتمال، إلى وجود مشكلة في استهلاك تلك المواد.
- إن سعى المرء للتكتم على تناول المواد المعدلة للمزاج، فسيشير ذلك، على الأرجح، إلى وجود مشكلة في استهلاكها.

- إن شعر بالغضب لعجزه عن تناول الكحول أو تلك المواد -نتيجة تدخل أي من الأفراد، أو بسبب أي من الظروف- فسيشير ذلك بالتأكيد، على وجه التقريب، إلى وجود مشكلة في استهلاكها.

العزلة:

لا ينعزل والدا الأطفال المتمردين، في الكثير من الأحيان، عن مجتمعهم فحسب؛ بل عن معارفهم وأقربائهم كذلك[16].

عزلة السيدة لارسن

خاطبت السيدة لارسن مجموعة تدريب الوالدين، قائلة: «يقطن والداي على بعد 40 ميلاً لا أكثر. كنا نلتقيهما بضع مرات في الشهر، أثناء السنوات الخمس الأولى لزواجي، لنمارس ألعاب الورق، ونمرح، ونمضي أوقاتا طيبة برفقتهما. ولد براندون، فيما بعد، لتكرس والدتي الكثير من الوقت، في البداية، بغية مساعدتي في تربيته. واصلت والدتي القيام بذلك بينما تجاوز براندون مدة «العامين الرهيبين»، لتمتنع عن تقديم العون من جرّاء استمرارية سلوكه السيئ عقب مضيهما. يبلغ براندون الثامنة الآن، ولا نكاد نرى والديّ إلا فيما ندر. يسوقان الأعذار على الدوام حين أدعوهما لزيارتنا».

«يقطن حمواي خارج الولاية. قاما بزيارتنا الصيف الماضي، وكانا يخططان للبقاء أربعة أيام. كنا بصدد اصطحابهما لصيد السمك وركوب القوارب، ليغادرا بصورة مفاجئة عقب يومين. خاطبتني والدة زوجي، قبيل مغادرتهما، قائلة: «أنت أم سيئة، بلا ريب، بالنظر إلى سلوك حفيدي، المدلل إلى أبعد الحدود!».

«اعتدنا الاستعانة بجليسات الأطفال، منذ بضع سنوات، كي نتمكن من الذهاب لتناول العشاء ومشاهدة الأفلام، ليعتذرن جميعهن، فيما بعد، عن مجالسة براندون. لكم أن تصدقوا، على حد سواء، أن زوجي جيم بات يتغيب

عن المنزل مدداً أطول، ليمضي أوقات فراغه في صيد السمك وتناول الشراب برفقة أصدقائه. ومن ثمّ أصبحت حبيسة منزلي، برفقة براندون، وقد باتت الكراهية تسم علاقتنا إلى أبعد الحدود».

غدت السيدة لارسن معزولة عن أصدقائها وأسرتها، فضلاً عما أصاب زواجها من توتر، ووسم علاقتها مع براندون من كراهية، لتبلغ مرحلة التشكيك في قدرتها على أداء دور فاعل في تربيته، على الرغم من عدم تصريحها بذلك.

لا تود بنفسك إلى ما آلت إليه السيدة لارسن. لا يمكنك السماح لمشكلات طفلك السلوكية بعزلك عن أسرتك، وأصدقائك، ومجتمعك. إن وقعت ضحية للعزلة بالفعل، فسيتعين عليك إعادة التواصل مع الناس بصورة مباشرة. تتمثل الخطوة الأولى بذلك الصدد في الابتعاد عن طفلك مدة من الزمن، بغية نيل قسط من الراحة. يمكن أن يتطوع أحد أفراد الأسرة الآخرين لمجالسته في أوقات محددة من الأسبوع، أو يصطحبه عمه، على سبيل المثال، برفقة طفله، في نزهة يوم العطلة. افعل ما يستلزمه الأمر!، بكل الأحوال، لأنك ستعجز عن أداء دور الوالد الذي تريد إن لم تحافظ على تواصلك مع أصدقائك ومجتمعك.

فئة مسببات التوتر الثانية: قلل من تأثيرها.

العُزْبة

إن كنت والداً عزباً، فستزيد احتمالات تعرض طفلك للمخاطر المتمثلة في التمرد وعدم الامتثال[17]. يتمثل سبب التوتر الأبرز لدى الوالدين العازبين في تحملهم المسؤولية عن الأمور كلها، كطلب العيش، وتدبر شؤون المنزل، وإصلاح الأعطال، وتربية الأطفال. يجسد ذلك عملاً مرهقاً بكل المقاييس.

أب مثقل بالأعباء

انفصل توم، الشاب المجد الطموح، عن زوجه بعد أن رزقا بسالي، البالغة سبع سنوات. يعمل توم، إضافة إلى دراسته في الجامعة، في وظيفتين بدوام جزئي، دون الاستفادة من أي منهما.

نظم الرجل جدوله الحافل بدقة شديدة، كي يتمكن من تدبر أموره، ليعمد إلى إيقاظ سالي عند تمام السادسة والربع صباحاً، قبل أن تتناول الإفطار بحلول السادسة وخمس وعشرين دقيقة، عقب ارتداء ثيابها. لم تكن الطفلة تحظى، فيما بعد، بأكثر من خمس دقائق لتنظيف أسنانها وارتداء معطفها، قبل التوجه برفقة والدها إلى منزل جليسة الأطفال، ليتركها هناك بغية التمكن من بلوغ عمله في السابعة والربع صباحاً. تعيّن على سالي، فيما بعد، التوجه إلى المدرسة سيراً على الأقدام، لتعود إلى منزل الجليسة عقب انتهاء الدوام، ويمر والدها لاصطحابها إلى المنزل، عند التاسعة وعشر دقائق مساء، قبل أن تستحم، وتخلد إلى النوم بحلول التاسعة والنصف.

يشتكي الآباء العُزّاب، في الكثير من الأحيان، من عدم امتلاكهم الوقت لبناء ما هو سليم من العلاقات مع أطفالهم. يعد الاهتمام بأي من أشكاله، في نظر الأطفال، أفضل من انعدامه بالمطلق. يعمد أطفال المنشغلين من الآباء، في الكثير من الأحيان إلى لفت انتباههم بما هو سيئ من أنماط السلوك، وإن عنفوا، بالنتيجة، أو عوقبوا بشدة، كما يحدث حين تنشغل إحدى الأمهات العُزاب، على سبيل المثال، بإعداد طعام العشاء، ليطالبها طفلها، البالغ خمس سنوات، صارخا، بمشاركته في لعب الكرة. تعمد الأم إلى تجاهل الطفل، ليبدأ في رمي الكرة باتجاه الحائط، بعد وقت قصير، قبل أن تطيح بمصباح المائدة. تهرع الأم إلى الغرفة لتمسك بذراع طفلها، قبل أن تصرخ فيه قائلة: «توقف عن ذلك!، توقف عن رمي الكرة في هذه اللحظة!». قد يستجيب الطفل لمطلبها بالفعل، ولكن بيت القصيد يكمن في حصوله على ما يريد، اهتمام أمه، وإن تم ذلك، لسوء الحظ، بطريقة توتر العلاقة بين الطرفين بصورة إضافية.

يمكن أن يجد الآباء العُزّاب، بالنظر إلى تحملهم العديد من الأعباء، وشعورهم المتواصل بالإجهاد، صعوبة كبيرة في الاستجابة لأطفالهم بصورة منسجمة، فيما يتعلق بممارساتهم التأديبية. لن يكون من المفاجئ، حين تستنزف إلى أبعد الحدود من الناحيتين الجسدية والعاطفية، أن تتجاهل ما يفعل طفلك، في بعض الأحيان، على الرغم من سوء فعلته، بينما تعاقبه، في أحيان أخرى، على ارتكاب الفعلة ذاتها. يسهم ذلك التناقض في ممارساتك

التأديبية في الإساءة إلى صورتك الذاتية، لتنظر إلى نفسك، بُعَيْد لحظات من تجاهل سلوك طفلك غير المقبول، كمن يسمح لطفله بالنجاة بكل ما يفعل، عاجزاً عن التحكم في ذريته، بينما تشعر بالذنب، حين توقع العقوبات القاسية بدافع من غضبك، لما أبديته من قسوة في معاقبة طفلك. لا يشعر المرء، بالنتيجة، إلا بالعجز عن الانتصار في تلك الأوقات!

يفتقر الآباء العُزّاب، إضافة إلى ذلك، إلى من يقدم النصح والعون الكافيين، في وقتهما المناسب، ويقترح طرائق أفضل لتربية الأطفال، ويساعد الوالدين في تكوين الآراء، ويتولى زمام الأمور حين يشعرون بالإجهاد العاطفي، ويثني على أدائهم الجيد، بما عبر عنه أحد الآباء العُزّاب، في إحدى مجموعاتنا التدريبية، قائلاً: «لم يكن هناك من أحد، حين كنت أتجه إلى الحافة، ليخبرني أن السقوط قادم لا محالة. لم أعلم ذلك إلا حين وقعت في الهاوية».

ابحث عن الشريك المناسب. لا يفتقر الحل إلى الوضوح. يجدر بكل والد عازب البحث عن الشريك المناسب، بغض النظر عما يسم ذلك من صعوبة. يجد العديد من الآباء العُزّاب، عند القيام بذلك، شيئاً من الحقيقة في الطرفة القديمة القائلة إن إيجاد الشريك المناسب يعادل البحث عن موقف للسيارات، أمام مركز التسوق، في اليوم اللاحق لعيد الشكر، حيث تحتل جميع السيارات ما يتوافر من أماكن مناسبة للاصطفاف. إن عمد الوالد العزب إلى الانخراط فيما هو غير مدروس من العلاقات، فلن يزيد الأمور إلا تعقيداً.

تندرج العُزْوبة بوضوح ضمن فئة مسببات التوتر الثانية. يتعذر تغيير تلك الحالة على وجه السرعة، فضلاً عن نزوع بعض الوالدين إلى الإبقاء على عزبتهم. يتعين على الأخيرين، بكل الأحوال، اتخاذ الإجراءات الكفيلة بمنع التوتر من التأثير في قدرتهم على تربية أطفالهم، حيث يكمن جزء من الحل في طلب المزيد من العون.

استعن بأفراد أسرتك. يضطر الآباء العُزّاب، في الكثير من الأحيان، إلى التماس العون، بصورة دورية، من والديهم، وإخوتهم، وأعمامهم، وأخوالهم، فيما يتعلق بتربية أطفالهم. يجدر بك، عند القيام بذلك، التحدث بوضوح عما تحتاجه من مساعدة، وما يناسبك من أوقات في الأسبوع لتلقيها، والمدة الزمنية التي تستلزمها، كما فعل توم، على سبيل المثال، حين سأل والديه مجالسة سالي ليلتين في الأسبوع، والقيام بذلك، بصورة دورية، حتى عودتها إلى المدرسة في فصل الخريف، بعد شهرين من الزمن.

يقطن الآباء العُزّاب، في بعض الأحيان، بعيداً عن أُسرهم. إن كنت تمثل أحدهم، ورغبت في منح أطفالك ما يستحقون من العناية، فسيتعين عليك التفكير في العودة إلى ديارك. لا يعني ذلك بالضرورة العودة إلى منزل والديك؛ بل ما نشأت فيه من المجتمعات، كما هو ملائم في العادة، لتتمكن من التماس العون من أقربائك.

يجدر بك أن تدرك أن القيام بذلك لا يعني التخلي عما شجعك على الانتقال، في المقام الأول، من طموحات، وغايات، وأهداف. لا تزال تلك الطموحات، والغايات، والأهداف قائمة على أرض الواقع. يتعين عليك، ببساطة، أن تؤجلها حتى تحسن من نفسك، ويعود سلوك طفلك إلى وضعه الطبيعي.

نَمِّ من أصدقائك. يمكن أن تعجز، على وجه الاحتمال، عن التماس العون من أفراد أسرتك. قد لا تحظى بأي منهم، أو يعجز أفراد أسرتك عن مساعدتك لأي من الأسباب. يتعين عليك، في تلك الحالة، أن تجد طريقة أخرى لتنمي من دائرة المتعاونين، بما يماثل إيجاد أسرة بديلة في العديد من الأحيان. لا يتسم القيام بالترتيبات، حول التعاون في رعاية الأطفال، بالكثير من الصعوبة، بما يدعو للاستغراب، استناداً إلى تجارب الآباء العُزّاب في عيادتنا. يبدأ الأمر بالبحث عمن يشاركونك الوضع ذاته من الآباء العُزّاب. ستجد الكثير منهم بالنظر إلى ارتفاع نسبة الطلاق في بلدنا. تمثل دور الحضانة أفضل الأماكن للبحث عن نظرائك من الآباء العُزّاب، بالنظر إلى لجوء العديد إليها بغية رعاية أطفالهم.

وضعت إحدى الوالدات الأعزاب الإعلان الآتي: «أم ترغب في تبادل الخدمات المتعلقة برعاية الأطفال من وقت لآخر. فلنحظ بفرصة التعارف ومناقشة المسألة. يرجى الاتصال بالرقم الآتي: 5552465».

تلقت الوالدة العازبة تلك عدداً من الردود على إعلانها، لينتهي بها المطاف بتطوير علاقة دعم وثيقة بأم عزبة أخرى. لم تتشارك السيدتان رعاية أطفالهما فحسب؛ بل ارتبطتا بصداقة حميمة توفر فرص الإصغاء، والدعم، والمساندة، والمواساة لكل منهما في السراء والضراء.

لا تقدم الترتيبات، حول التعاون في رعاية الأطفال، الفرصة للوالدين العازبين لنيل قسط من الراحة فحسب؛ بل تتطور، في الكثير من الأحيان، إلى ما هو متين من الصداقات. يتمكن الآباء العُزّاب، بفضل تلك الصداقات، من احتساء القهوة، على سبيل المثال. تمنح

طريقة القهوة العلاجية الآباء العُزّاب الفرصة للتنفيس عن الهموم، والاطلاع على وجهات النظر حول المشكلات والقضايا المختلفة، وتبادل الأفكار حول كيفية تأديب الأطفال، وتلقي التأييد على ما يحسنون إنجازه من مهام التربية.

> **فكرة رئيسة:**
>
> يتعين على الآباء العُزّاب توسيع دائرة أعوانهم، أو الحصول على العون الإضافي، على أقل تقدير.

الوظائف متدنية الأجور:

يشكل تدني الأجور، في العديد من الأحيان، مسبباً آخر لما يشعر به ذوو الأطفال المتمردين من توتر [19,18]. ينتج الأخير، في تلك الحالة، عن ثلاثة من المسببات: الأول، الافتقار، في معظم الأحيان، إلى التأمين الصحي، وخطط التقاعد، والإجازات مدفوعة الأجر. الثاني، التعرض للمشكلات المالية في العديد من الأحيان. الثالث، انعدام الإحساس بالقيمة وتقدير الذات، إلا فيما ندر من الحالات.

أنا إنسان آلي

قدمت السيدة سيمبسون نفسها، إلى مجموعة تدريب الوالدين، قائلة: «أعمل أمينة صندوق في متجر للبقالة، ليس إلا. يمثل ذلك عملاً مملاً للغاية. لا يتجسد ما أقوم به إلا في تحديد أسعار كل من السلع بوساطة الماسح الضوئي، والنظر إلى شاشة الحاسوب لمعرفة المجموع الكلي، ومطالبة الزبائن بدفع ما يترتب عليهم، وشكرهم على التسوق من المتجر، بينما أعيد لهم ما يتبقى من النقود. لا يشعر نصف الزبائن بوجودي في الحقيقة، مكتفين بأخذ أغراضهم، ومغادرة المتجر، بما يجعلني أحس وبأنني إنسان آلي، بلا هوية، مجرد من المشاعر».

تقدير الذات. تضاءل شعور السيدة سيمبسون بتقدير الذات من جراء عملها، ولكنها وجدت -كآخرين من الوالدين ذوي الدخل المحدود في مجموعاتنا التدريبية، ممن يعملون فيما لا يناسب قدراتهم من وظائف- وسيلة معبرة للإسهام في المجتمع، عبر الانضمام إلى

جوقة كنيستها، بينما تطوع والد آخر، يعاني المشكلة ذاتها، للإسهام في الأعمال الخيرية، وثالث لقراءة الكتب للأطفال صبيحة كل من أيام السبت. عمل آباء آخرون، إضافة إلى ذلك، على تدريب فرق الصغار الرياضية. تؤكد الدراسات أهمية العمل التطوعي في المجتمع، عبر الإشارة إلى تمتع من ينخرطون فيه بنظرة أكثر إيجابية للحياة، فضلاً عن الشعور بمزيد من السعادة على وجه العموم[20].

الوضع المالي. تقترن المشكلات المالية، في العديد من الأحيان، بالوظائف متدنية الأجور، وتسبب الكثير من التوتر للعائلات، بما يدفع العديد من مراكز الصحة النفسية، وبعضاً من المنظمات المدنية، لتقديم الاستشارة المالية للعوائل متدنية الأجور بصورة مجانية، أو مقابل ما هو زهيد من الأجور. يعمد المستشارون الماليون، في تلك الحالة، إلى تحديد ما لا ينفق بحكمة من المال، واقتراح الآليات لتحصيل القروض منخفضة الفوائد، ومساعدة العائلة في وضع الميزانيات. يمكن لتدبير الشؤون المالية، ضمن العوائل متدنية الدخل، أن يسهم في التقليل من أثر التوتر إلى حد بعيد.

يعجز بعض الآباء، على الرغم من ذلك، ببساطة، عن جني ما يكفي لتلبية احتياجات عوائلهم. تقدم الحكومة الفيدرالية، وجميع الولايات، وبعض المنظمات برامج معونات للعوائل ذات الدخل المنخفض، بما يشمل المأكل، والإسكان، والتعليم للأطفال الصغار، وغير ذلك من الخدمات. تتمثل غايتك في الاطلاع على نظام المعونات، والعمل على الاستفادة منه. لن يحل ذلك، في الحقيقة، مشكلاتك المالية بصورة مطلقة، ولكنه يقدم، على وجه الاحتمال، ما تحتاج من عون لتجاوز أزماتك الحالية.

لا تعرض المشكلات المالية ذاتها الأطفال لمخاطر المشكلات السلوكية؛ بل كيفية تعامل الوالدين معها، بما يمكن أن يؤثر بصورة سلبية في أطفالهم. يفتقر العديد من الأزواج إلى الهدوء والخصوصية في مناقشة مشكلاتهم المالية، فضلاً عن الاستمرار في تجاهلها حتى تطفو على السطح بما هو غير متوقع من الطرائق، في أحلك الأوقات. إن مررت بمثل ذلك الموقف، فسيتعين عليك تجنيب أطفالك العبء العاطفي الناتج، بصورة تلقائية، عن تلك المشكلات. لن تنجز أي من الأمور، على الإطلاق، حين يوبخ أحد الوالدين الآخر، أمام الأطفال، نتيجة إسرافه في الإنفاق، أو جنيه القليل من المال، أو تقصيره في دفع الفواتير.

لا يجدر، إضافة إلى ذلك، بأكثر النقاشات هدوءاً واعتدالاً، حول مشكلات العائلة المالية، أن تناقش على مسمع من الأطفال. ينزع الأخيرون، حين يستمعون إلى تلك النقاشات، إلى تحميل أنفسهم المسؤولية، بطريقة غير مسوغة، عن مشكلات العائلة المالية، بما يبلغ حد الشعور بالذنب، في العديد من الأحيان، لاعتقادهم أنهم يشكلون أحد الأعباء الملقاة على كاهل العائلة من الناحية المادية.

توتر الأطفال:

تسبب تربية الأطفال، ممن يعانون أياً من أنواع الإعاقة، الكثير من التوتر[21]، بما لا يختلف عن المتمردين من الأطفال[22]. يسبب الأخيرون التوتر عبر إثارة الفوضى في المنزل، وإثارة المشكلات بدهاء بين الوالدين، وإيقاعهما في الحرج الاجتماعي. لا يسمح الأطفال المتمردون لوالديهم، إضافة إلى ذلك، بنيل قسط من الراحة، ليشعر الأخيرون، حين يتسم المنزل بالهدوء، كأنهم يسيرون على قشر البيض، منتظرين نوبة غضب الطفل المقبلة. لا تظهر نوبات الغضب تلك إلا في أسوأ الأوقات. اصطحب الطفل إلى متجر البقالة، ليطلق نوبة غضبه أثناء الانتظار عند منضدة المحاسبة. اصطحبه إلى الكنيسة، ليتشاجر مع الأطفال الآخرين في مدرسة الأحد. استقبل الضيوف في المنزل، ليثير الفضائح أمامهم.

الابتعاد. يجدر بالوالدين الابتعاد عن أطفالهم المتمردين، من وقت لآخر، بغية نيل قسط من الراحة. لا يتسم ذلك بالسهولة، ويستلزم إيجاد البارعات من الجليسات للتعامل مع الأطفال ذوي المشكلات السلوكية، ولكنه لا ينفي الضرورة المتمثلة في الابتعاد عن طفلك. لا تحتاج الاختلاء بنفسك لمصلحتك الشخصية فحسب؛ بل لتتمكن من أداء دور الوالد الفاعل الذي تريد. إن لم تسع لإيجاد الوقت للاسترخاء والترويح عن نفسك، فستمتعض من طفلك في نهاية المطاف، ولن يسهم ذلك إلا في زيادة الأمور تعقيداً.

فكرة رئيسة:

يتعين على ذوي الأطفال المتمردين نيل قسط من الراحة.

تدرك العديد من مؤسسات خدمة المجتمع، لحسن الحظ، تلك الحاجة. توفر مؤسسة «إيستر سيلز»، في منطقتنا من البلاد، الرعاية للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، بما يمكن والديهم من نيل قسط من الراحة. يحقق بعض الأطفال ذوي المشكلات السلوكية الأهلية لنيل خدمات المؤسسة، إن تلقت الأخيرة توصية من طبيب العائلة على وجه الخصوص. تقدم مؤسسات أخرى الخدمة ذاتها، بالتأكيد، عبر أنحاء البلاد كلها.

خاتمة:

أجريت العديد من الأبحاث الشاملة للتحقق من فاعلية الطرائق المختلفة لعلاج الأطفال المتمردين وعوائلهم[23]، وقد بات من المؤكد، ضمن اكتشافات أخرى، أن الطفل ووالديه يستفيدون من العلاج، على الأرجح، إنْ مَثَّلَ سلوك الطفل مشكلتهم الوحيدة. لا يفتقر المعنى للوضوح فيما يتعلق بذلك الصدد. يتعين عليك فعل ما أمكن لحصر المشكلة في سلوك طفلك، بما يشمل وضع الخطط لتقليص مسببات التوتر الأولى، وإيجاد السبل الكفيلة بمنع مسببات التوتر الثانية من التأثير بشكل سلبي في قدرتك على تربية طفلك بصورة فاعلة.

*****

تطبيقات

لا يكمن الحل، عند التعامل مع مشكلات الطفل السلوكية، فيما هو منفرد من الإجراءات المؤثرة؛ بل مجموعة من الإجراءات البسيطة، المطبقة بحذافيرها. قد تبدو الأخيرة، في البداية، منفصلة عن جوهر المشكلة إلى حد بعيد، بحيث تتساهل في تطبيقها، وترغب في تجاوزها. لا تفعل!؛ لأن القيام بكل من تلك الأمور البسيطة يكفل إحداث التغيير الكبير في نهاية المطاف.

تتضمن نهاية كل من الفصول، في هذا الكتاب، خطوات رئيسة لمساعدة طفلك، تتمثل في مجموعة من التمارين، والأمثلة، والأنشطة المتسلسلة. إن عمدت إلى تنفيذ التطبيقات، الواردة في نهاية كل من الفصول، فسترى ما سيطرأ من تغيير، في نهاية المطاف، على سلوك طفلك.

يركز الفصل الأول هذا على سلامتك الشخصية، مؤكداً ضرورة تعيين مسببات توترك، والتعامل معها. تتضمن فئة مسببات التوتر الأولى ما يمكنك تقليصه بشكل ملموس، إن لم يكن إزالته، من تلك المسببات، بينما تستلزم الثانية وقتاً طويلاً للقيام بذلك. يتعين عليك التعامل مع مسببات الفئة الثانية بالنظر إلى ما تحدثه من أثر في قدرتك على تربية طفلك.

1. ضع إشارة عند المسببات التي تهدد سلامتك الشخصية، أو تضعف من قدرتك على التربية.

فئة مسببات التوتر الأولى: يمكن تقليصها

______ الاكتئاب

______ إدمان الكحول والمخدرات

______ العزلة

______ اضطراب القلق

______ المشكلات الزوجية

______ مسببات أخرى

فئة مسببات التوتر الثانية: يتعين الحد من أثرها في الطفل

______ العُزْبة

______ الوظائف متدنية الأجر

______ سلوك الطفل

______ المشكلات المالية

2. يمكن تقليص مسببات التوتر الأولى بصورة مؤثرة، كالاكتئاب عبر العلاج، على سبيل المثال. حدد أبرز اثنين منها فيما يتعلق بحالتك: ______ و ______

3. إن تبعت مسببات توترك للفئة الأولى، فسيتعين اتخاذ بعض الإجراءات لتقليصها بصورة مؤثرة. يحتوي الجدول الآتي على مثال موضح بذلك الصدد. املأ الفراغات المتعلقة بمسببي التوتر الأبرز، ضمن الفئة الأولى، فيما يتعلق بحالتك:

مسبب التوتر	الإجراءات	المدة الزمنية	النتائج المتوقعة
الاكتئاب (مثال)	تحديد موعد مع الطبيب	أسبوع واحد	تحسن النوم، طاقة أكبر، مشاعر أهدأ
المسبب الأول: ______	______	______	______
المسبب الثاني: ______	______	______	______

4. لا يمكن تقليص مسببات التوتر الثانية بسهولة أو بسرعة، مما يستدعي القيام بجهود كبيرة لمنعها من التأثير بشكل سلبي في طفلك، أو إضعاف قدرتك، بصورة مؤثرة، على تربيته.

حدد أبرز اثنين منها فيما يتعلق بحالتك:

________ و ________

5. املأ الفراغات الآتية المتعلقة بمسببي التوتر الأبرز، ضمن الفئة الثانية، فيما يتعلق بحالتك:

مسبب التوتر	الإجراءات	المدة الزمنية	النتائج المتوقعة
الاكتئاب (مثال)	عدم مناقشة المشكلات المالية أمام الطفل اللجوء إلى الاستشارة المالية	مباشرة أسبوعان	توتر أقل للطفل ميزانية واقعية، صِدام أقل بين الوالدين
المسبب الأول: ________ المسبب الثاني: ________	________ ________	________ ________	________ ________

6. يتجسد أحد مسببات التوتر الشائعة للعديد من ذوي الأطفال المتمردين في غياب العون والدعم الكافيين. هل تحتاج المزيد من العون؟

________ نعم ________ لا

إن اخترت الإجابة بنعم، فحدد: هل يمثل أفراد العائلة، أو الأصدقاء، أو الكنيسة، مصدراً للعون على تقليص مستوى توترك، وتمكينك من تربية طفلك بصورة فاعلة؟. يتمثل أولئك الأشخاص، أو تلك المؤسسات، في الأسماء الآتية:

____

____

تأمل كلاً من المصادر المحتملة الواردة في الجدول الآتي، وأحط بدائرة من يمكنه تقديم العون منها، ثم ضع إشارة x عند ما تحتاج العون بشأنه، من النقاط الواردة في السطر العلوي، مقابل المصادر التي يمكنها تقديم ذلك العون.

المصدر	الوقت	الإصغاء	رعاية الطفل	المال
الزوج				
الوالدان				
الجدان				
الأصدقاء				
الأشقاء				
الأعمام				
الأخوال				
آخرون				

7. يتعين على الوالدين عموماً، ووالدي الأطفال المتمردين على وجه الخصوص، الابتعاد عن أطفالهم من آن لآخر، ووضع الجداول فيما يتعلق بذلك الصدد. يتعين عليك الابتعاد، ونيل قسط من الراحة، مرة في الأسبوع على أقل تقدير. لا تترك ذلك رهناً للمصادفة؛ بل ضع المخططات بشأنه.

تأمل مفكرة التواريخ، محاولاً إيجاد يوم واحد في الأسبوع، على أقل تقدير، طوال ثلاثة الأسابيع المقبلة، بغية الابتعاد عن المسؤوليات المتعلقة بتربية أطفالك، ومغادرة المنزل. لا تقعن في الخطأ المتمثل في الاعتقاد بأن مغادرة المنزل تعني إنفاق المال. لن يكلفك التنزه برفقة صديقك شيئاً، ولن تتكلف الكثير من المال إن احتسيت فنجاناً من القهوة مع شقيقتك. املأ الجدول الآتي الذي يغطي مدة ثلاثة الأسابيع المقبلة.

النشاط	المرافقون	الوقت، التاريخ	المكان	الكلفة

8. إن رغبت في الحصول على عون إضافي من أحد أفراد عائلتك، فسيكون من المفيد التفكير في ماهية العون المطلوب، وتوقيت الحاجة إليه، والمدة الزمنية التي يستلزمها. املأ الطلب الآتي، فيما يتعلق بكل من يمكنه تقديم العون من أفراد عائلتك:

________ مرات في كل أسبوع، لمدة ________، أرجو مساعدتي عبر ________.

9. هل تحتاج البحث، فيما يتجاوز نطاق عائلتك، طلباً للعون الإضافي؟____ نعم ____ لا

إن اخترت الإجابة بنعم، فحدد ماهية العون الذي يمكن أن تقدمه كنيستك، أو أصدقاؤك. يمكن أن تفكر، على حد سواء، في إقامة ترتيبات مع الآباء الآخرين حول التعاون في رعاية الأطفال. ما أسماء من يمكنك إقامة تلك الترتيبات معهم؟

________ ________

________ ________

________ ________

________ ________

إن لم تعثر على أي من الآباء الآخرين، فيما يتعلق بذلك الصدد، فيمكن أن تضع الإعلان الآتي في دار حضانة طفلك، أو لوحة النشرات في كنيستك، بعد نيل الإذن لذلك.

«والد يرغب في تبادل الخدمات المتعلقة برعاية الأطفال من وقت لآخر. فلنحظ بفرصة التعارف ومناقشة المسألة. يرجى الاتصال بالرقم الآتي: ________».

2

تحويل المنزل
إلى بيئة ملائمة

يمكن لزائر المنزل أن يتحسس أجواءه على الفور. إن رآه أنيقاً، يتسم بالنظافة والترتيب، فسيستنتج أن سكانه يعيشون بانسجام ومودة، وأن حياتهم تسير بسلاسة، بينما يستشعر البغضاء والفرقة بينهم، فضلاً عما يصيبهم من توتر، إن عمت القذارة والفوضى أرجاءه.

منزل عائلة سميث ذات صباح

صرخت السيدة سميث، تنادي ابنتها ميغان، البالغة سبع سنوات، قائلة: «عجلي بارتداء ثيابك، ستصل حافلة المدرسة في أي لحظة!».

سارعت ميغان بالرد، أثناء وجودها في غرفتها، قائلة: «أعجز عن إيجاد حذائي، تعالي وساعديني!».

صرخ سام من المطبخ، قائلاً: «هل رأى أحدكم حقيبتي المدرسية؟. كانت هنا الليلة الماضية، وقد اختفت الآن».

حذر السيد سميث قائلاً: «تكاد الحافلة تبلغ المنزل. لا تحظيان بأكثر من ثلاثين ثانية للحاق بها. لن يجلس السائق في انتظاركما».

خاطبت السيدة سميث ميغان، بينما كانت تعطيها حذاء التنس خاصتها، قائلة: «هاك الحذاء، ارتديه».

صرخت ميغان قائلة: «لا!، لا يتناسب مع ثيابي»، لتهرع إلى غرفة المعيشة بحثاً عن حذائها أسفل الأريكة، بينما غادر سام المنزل على وجه السرعة، حاملاً حقيبته المدرسية، بغية استقلال الحافلة. عثرت السيدة سميث على حذاء ميغان، عقب خمس دقائق، لتفوت الأخيرة الحافلة، بكل الأحوال، ويضطر السيد سميث لاصطحابها إلى المدرسة، مما أدى إلى تأخره عن العمل.

يسبب انعدام التنظيم التوتر في المنزل، ويوفر تربة خصبة للأطفال المتمردين لتسميم أجوائه، ونشر الفوضى والارتباك، وعرقلة سير الحياة داخله. ومن ثَمَّ يعد إيجاد ما هو هادئ من الأجواء بما يكفل سير الحياة بسلاسة داخل المنزل، مُهمّاً للغاية للتأثير بشكل إيجابي في سلوكهم.

فكرة رئيسة:

يسبب انعدام التنظيم التوتر في المنزل، ويوفر تربة خصبة للأطفال المتمردين لتسميم أجوائه، ونشر الفوضى والارتباك داخله.

نظم المنزل:

تتطلب العملية، في بادئ الأمر، إيجاد أماكن محددة للأغراض في المنزل، بما يشمل عدة الأب الرياضية، وأحذية الأم، وألعاب الأطفال، على سبيل المثال، بما يجعلها في متناول اليد في الأوقات المختلفة.

لا يتسم تنظيم المنزل، في الحقيقة، بتلك السهولة، وقد يسبب الإرهاق، كما تبدو الحال عليه، لأبعد الحدود. يمكن أن تسأل نفسك قائلاً: «أين أجد الوقت للقيام بذلك؟» يمثل تنظيم المنزل، بالتأكيد، ما هو جدي من الأعمال، ولكنه يستحق ما يبذل من أجله، بالنظر إلى ما يجلبه من فوائد مهمة. يعود تنظيم المنزل، في بادئ الأمر، بالهدوء على كل من أفراد العائلة، والأطفال ذوي المشكلات السلوكية، على وجه الخصوص، الذين ينزعون بطبعهم إلى الفوضوية، ويحبطون سريعا، ويتنقلون في الأرجاء مسببين الإزعاج لأشقائهم ووالديهم، مما يدفع الأخيرين إلى مراقبتهم وتوبيخهم في الأوقات المختلفة. يتعين عليك أن تعلم، حين

تتذرع بالوقت تهرباً من تلك المسؤولية، أن عدم تنظيم المنزل، بغية توفير الظروف المناسبة لتهدئة أجوائه، بما يكفل سير الحياة بسلاسة داخله، يعني التعامل مع ما تسببه الفوضوية من مشكلات وتوتر يومي. فلننظر إلى عائلة سميث، على سبيل المثال. ألم يكن ليومهم أن يبدأ بشكل أفضل لو وجد كل من سام وميغان أغراضهما فيما هو محدد من الأماكن؟

يمكن أن تنظم منزلك في عطلة نهاية الأسبوع. إن بدت العملية مرهقة للغاية، فيجدر بك طلب العون من المتحمسين من أقربائك. لربما حظي الأطفال بمن يهوى ترتيب الأغراض من الأعمام، أو الأخوال، أو الأجداد. يمكن، إضافة إلى ذلك، أن يمثل ترتيب المنزل مناسبة تحتفي بها العائلة كاملة، عبر الخروج لتناول الطعام على سبيل المثال.

إن التزمت القيام بذلك، ووضعت الخطط بشأنه، فيمكن أن تعمد، فيما يعد مفيدا من الأفكار، إلى التقليل من الأغراض الإضافية في المنزل. إن زادت كمية الأخيرة عما يمكن أن يحتويها من أماكن، فيجدر بك التخلص منها، أو تخزينها. يتعين عليك، إضافة إلى ذلك، أن تشرك طفلك في عملية الترتيب، وتدفعه للقيام بذلك عبر إلزام بقية أفراد العائلة بترتيب أغراضهم.

يثير ذلك السؤال المتمثل فيمن يبدأ أولاً. لن تستفيد، في معظم الأحوال، إن سألت طفلك البدء في عملية التنظيم، بالنظر إلى تشكيكه، بالنتيجة، في التزام بقية أفراد العائلة ترتيب أغراضهم، فضلاً عن غياب ما يقتدي به في العمل، ويشجعه من مظاهر التنظيم. يجدر بالأب البدء أولاً في ترتيب أغراضه، بالنظر إلى ما يمثله من قوة في نظر أطفاله، مما يدفعهم إلى ترتيب أغراضهم إن فعل، على الأرجح، ويدفعهم لمساعدته في تلك المهمة، ويذهب الإحساس المتمثل في استغلالهم من قبل الوالدين.

يلقى الأطفال الصعوبة بالقدر الأكبر في تنظيم ألعابهم، التي تنقسم إلى نوعين، حيث يوجد منها ما يقع خارج المنزل، وداخله. تتجسد الألعاب الخارجية، على سبيل المثال، في مضارب البيسبول، وكرات السلة، والدراجات، وحبال القفز، والقفازات. إن عمد الطفل إلى اللهو بوساطتها داخل المنزل، فلن يطول الزمن قبل أن يأخذ في تحطيم أغراضه، وإثارة أعصاب الوالدين. يتعين، بغية تجنب ذلك، وضع تلك الألعاب في صندوق كبير قرب

باب المنزل الخلفي، أو في مرأبه، فضلاً عن عدم السماح باستخدامها داخل المنزل تحت أي من الظروف.

تنطبق القاعدة ذاتها على الأغراض كلها، بما يشمل الألعاب الداخلية على حد سواء. إن زادت كمية الأخيرة عما يمكن أن يحتويها من أماكن في المنزل، فيتعين أن يتم التخلص من بعضها، أو تخزينها في القبو أو المرأب. سيدرك الطفل المتمرد ضرورة تطبيق تلك القاعدة طالما حرص الوالد على تطبيقها، فيما يتعلق بمعداته الرياضية وأحذيته. لا يعني ذلك، بكل الأحوال، أن الحماسة ستتملكه لترتيب ألعابه، ولكنه سيفعل على الأرجح.

يتمنع الأطفال، على وجه العموم، عن رمي ما لم يستخدموه شهوراً من ألعابهم القديمة. إن كَرِهَ طفلك التخلص من أي من أغراضه، فيمكن تجاوز تلك العقبة عبر إقناعه بتقديم ألعابه إلى المؤسسات الخيرية والمحتاجين من نظرائه، بما يسهم في إسعادهم، أو إخباره، حال إخفاق تلك المحاولة، بعدم ضرورة التخلص من أغراضه القديمة، وتخزينها، عوضاً عن ذلك، في القبو أو العلية. إن افتقر المكانان السابقان إلى ما يكفي من المساحة لتخزين تلك الأغراض، فيمكن أن توضع في صندوق ضخم داخل الخزانة. تتمثل القاعدة، فيما بعد، في استبدال الطفل ما يود الحصول عليه من ألعاب مخزنة بأي مما يعادلها في الحجم.

قد يرفض الطفل ترتيب أغراضه بغض النظر عما تقول وتفعل. تسهم مبادرتك إلى ترتيب أغراضك، بكل الأحوال، في تمكينك من مخاطبته قائلاً: «تنطبق تلك القاعدة على الجميع في المنزل. لا استثناء لأحد بذلك الصدد. إن لم تقم بمساعدتنا، فسنرتب أغراضك من دونك». إن بلغت الأمور تلك المرحلة بالفعل، فقم بترتيب أغراض الطفل أثناء نومه، أو وجوده خارج المنزل، كي تتجنب ما لا ضرورة له من الشجار، بما يرافقه من توتر عاطفي.

يتعين عليك، عقب تنظيم المنزل، دعوة جميع أفراد العائلة للنقاش حول الحفاظ على ما تم إنجازه. يجدر بك قول الآتي بذلك الصدد: «أتممنا تنظيم المنزل للتو. بات بمقدورنا العثور على ما نود من الأغراض عند حاجتنا إليها، ولكن ذلك يتطلب الحفاظ على ترتيب المنزل». يجدر بك، فيما بعد، الالتفات إلى الطفل، قائلاً: «هل يملك أحدكم أياً من الاقتراحات فيما يتعلق بالحفاظ على ترتيب المنزل؟» ستعمد العائلة، مع التوجيه الكافي، إلى وضع ما يكفل تغطية النقاط الآتية من القواعد:

- تمارس الألعاب الخارجية في الخارج.
- يعين مكان محدد لكل من الأغراض.
- يستبدل كل غرض مخزن، بالضرورة، بما يعادله في الحجم.
- يوضع كل غرض، داخل المنزل، في مكانه المحدد، في كل من الأمسيات.
- يسهم الجميع في ترتيب الأغراض، في كل من الأمسيات، بحسب قدراتهم.

فكرة رئيسة:

يتعين وضع الأغراض، داخل المنزل، في أماكن محددة، وإعادتها إلى تلك الأماكن عقب استخدامها، عند نهاية كل يوم.

يتعلم الأطفال درسين مهمين حين يساعدون في المنزل. يتمثل الأول في اضطلاع الجميع بالمسؤوليات في العائلات المتوافقة، بينما يؤكد الثاني على أهمية التنظيم فيما يتعلق بتهدئة الأجواء في المنزل. تقدم مهارات التنظيم الفائدة للأطفال، إضافة إلى ذلك، في المدرسة والحياة على وجه العموم.

يمكن اتباع عدد من الوسائل لمساعدة الطفل في ترتيب المنزل، بما يشمل تحديد أشكال الأغراض، بوساطة قلم أسود، داخل أماكن حفظها، لمساعدة الأطفال، الذين لم يبلغوا سن الدراسة، في وضع تلك الأغراض في أماكنها. إن لم تكن ترغب في تلطيخ الدرج، على سبيل المثال، بوساطة القلم الأسود، فيمكن أن تحدد الأشكال على ورقة بيضاء تلصق داخل الدرج. تفيد الصناديق كثيراً في حفظ الأغراض، ولا حاجة لأن تكون منمقة، أو تكلف الكثير من المال، بما يشمل صناديق الأحذية التي تشكل أماكن ممتازة لحفظ الطباشير، وأقلام الشمع والرصاص، والدمى البلاستيكية الصغيرة، وقطع المكعبات. يمكن أن تلصق الصور على الصناديق لمساعدة الطفل في تذكر محتوياتها. يفضل الأطفال الأكبر في السن، في المقابل، العلب البلاستيكية الملونة، أو الحاويات البلاستيكية التي يمكن أن توضع أسفل أسرتهم.

خطط لليوم:

يعد الإخفاق في التخطيط تخطيطاً للإخفاق. يصف ذلك بالتأكيد أياً من الأيام في حياة والدي الأطفال ذوي المشكلات السلوكية. إن بدأ الوالد يومه دون التخطيط لأنشطة الطفل، فسينتهي العديد منها بالكوارث. إن قدم ابن الجيران، على سبيل المثال، للعب مع طفلك، فقد ينسجمان ثلاثين دقيقة، أو ساعة من الزمن على وجه الاحتمال، ولكن افتقارك للتخطيط فيما يتعلق بتلك الزيارة، سيسهم بالتأكيد في انتهائها بتشاجر الطفلين. سترسل الطفل إلى والديه، فيما بعد، قبل أن تعمد إلى توبيخ طفلك، فيما يمثل ما هو سيئ من العواقب، بالنظر إلى ما يسهم به في توتير العلاقة بينكما. يمكن للقليل من التخطيط أن يجنبك التعرض لمثل تلك المواقف. لو سألت نفسك، قبل قدوم ابن الجيران، عن المدة التي يمكن أن يلعب أثناءها الطفلان دون التشاجر مع بعضهما، وقدرتها بثلاثين دقيقة على سبيل المثال، لأخبرتهما أن وقت اللعب سيستغرق تلك المدة. لو سألت نفسك، على حد سواء، عما يمكن أن يمارساه، على الأرجح، بانسجام من الأنشطة، وكم سيستثير كل من الأنشطة اهتمامهما، لعمدت إلى توجيههما نحو القيام بتلك الأنشطة. لا يستلزم التخطيط المسبق، في مثل تلك الحالة، أكثر من بضع دقائق، ولكنه يجسد الفرق بين تهيئة طفلك للنجاح أو الإخفاق. يمكن أن تهيئ طفلك للنجاح عبر تقليص فرصه في الانخراط فيما هو غير مقبول من السلوكيات، وزيادتها فيما يتعلق بالخروج بنتائج إيجابية عقب كل من الأنشطة. قد يتسم ذلك المنطق بالبساطة، كما تبدو الحال عليه، ولكن يوم الطفل لا يتألف إلا مما هو بسيط من الأمور. إن سارت تلك الأمور المتعاقبة على ما يرام، فسيتملك الطفل شعور جيد حيال نفسه. يساعد التخطيط، بما يعني القليل من التفكير في كيفية سير اليوم، يساعد الأطفال، في نهاية المطاف، في النجاح فيما يتألف منه يومهم من أمور بسيطة متعاقبة.

فكرة رئيسة:

يوفر المنزل المنظم، الذي تسير فيه الحياة بسلاسة، الأرضية التي يحتاجها الطفل للتصرف بصورة سليمة.

لا يتعين عليك وضع الخطط على هيئة جداول؛ بل استذكارها في ذهنك. لا تهدف الخطط اليومية، في نهاية المطاف، إلا لتنظيم وقت وتسلسل ما يمكن أن يمارسه الطفل المتمرد من أنشطة، وتحديد ما يحتاجه من أسس، ومواد، ودعم ليمارس تلك الأنشطة بسلاسة. تذكر على الدوام أن الأطفال الأصغر سنا يتصفون «بدرجات انتباه قصيرة المدى». تعوز الواقعية توجيه طفل في الرابعة، على سبيل المثال، للعب بالسيارة ساعة من الزمن. سيفقد اهتمامه بالتأكيد عقب خمس عشرة دقيقة، لينخرط فيما هو غير مقبول من السلوك، كقذف شريكه بها.

يجدر بك، إضافة إلى ذلك، مراعاة «توقيت طفلك البيولوجي». إن كان الأخير يغفو في الثانية والنصف، على سبيل المثال، فسيتعين توجيهه، قبل نصف ساعة من ذلك التوقيت، لأداء ما يتسم بالهدوء من الأنشطة، فضلاً عن تهيئته للنوم. يمكن أن يرغب الطفل، عقب الاستيقاظ، بممارسة ما يتطلب الحركة من الأنشطة، بما يلزم توجيهه للعب في حوض المياه، على سبيل المثال، عوضاً عن الاستماع إلى قصة مسجلة. يجدر بالخطة، في نهاية المطاف، أن تشركك في نشاط يومي واحد، على الأقل، برفقة طفلك، بغية تعزيز الروابط بينكما.

يساعد التفكير في الخطط اليومية، إضافة إلى ذلك، في تهيئة أنشطة الطفل بصورة مسبقة. إن كان اللعب في حوض المياه، على سبيل المثال، مدرجاً على الجدول اليومي، فستزيد الفرص في الانتقال بسلاسة من النشاط السابق إلى اللعب في الحوض عبر تهيئة بزات السباحة والمناشف بصورة مسبقة. إن لم تقم بذلك فإن الأطفال الذين يتصفون بدرجات انتباه قصيرة المدى وسيطرة محدودة على اندفاعهم، لن يصبروا، على الأرجح، طويلاً حتى تحضر الأغراض السابقة.

نموذج خطة صباحية، لطفلة في السادسة، يوم عطلتها

8: 00 تناول الإفطار مع العائلة

8: 15 وقت السكينة، اللهو باللعب

8: 45 ارتداء الملابس، تنظيف الأسنان، تصفيف الشعر

9: 00 مرافقة الوالد إلى متجر البقالة

10:30 تناول وجبة صباحية خفيفة

11:00 مشاهدة فيلم

12:00 نقل الأطباق والأكواب إلى مائدة المطبخ

12:10 تناول الغداء مع العائلة

لا يتسم وضع الخطط بتلك الصعوبة، حيث يتمثل هدفها، ببساطة، في دفعك إلى التفكير المسبق بما يجعل يوم طفلك ينجلي على النحو الأفضل. ينزع الآباء بقوة، مع الافتقار إلى الخطط، إلى ترك الأمور على عواهنها. لا يصلح ذلك فيما يتعلق بذوي المشكلات السلوكية من الأطفال، الذين يرتكبون الأخطاء عند غياب الإرشاد والتوجيه الكافيين. إن أمضى الطفل المتمرد الكثير من الوقت في اللعب غير المدروس، فسينتهي الأخير بكارثة سلوكية لا محالة. إن لعب برفقة صديقه أو شقيقه، فسيتشاجر معهما، وإن لعب بمفرده، فسيقوم بعمل تخريبي في نهاية المطاف، كما يحدث حين ينصرف عن تلوين دفتره إلى تلويث الحائط بالألوان. تأخذ الأمور في التدهور، بالنتيجة، بالنظر إلى ضرورة تدخل الوالد حين يضبط سلوكيات الطفل الخاطئة، وما يعتري الطفل المتمرد من غضب، عند توبيخه أو إعادة توجيهه، من جراء عدم امتثاله وقيامه بما هو خاطيء من الأعمال، التي يمكن أن تتسم بالتفاهة، كما تبدو عليه الحال، لتثير ما هو هائل من المشكلات، بصورة مفاجئة، وتفسد اليوم برمته.

يعاني الأطفال ذوو المشكلات السلوكية الكثير من الصعوبة في الانتقال من نهاية أي من الأنشطة إلى بداية النشاط المقبل. يمكن التعامل مع تلك المدد الانتقالية عبر اتباع عدد من الأساليب. يمكن أن تساعد طفلك في تجاوز المدة الانتقالية بنجاح عبر اختتام النشاط بما هو واضح من النهايات، ليدرك الجميع، ولا سيما الطفل، انتهاءه بصورة فعلية، كما يحدث عند تركيب خمس وعشرين قطعة من الأحجية، أو تناول وجبة طعام خفيفة، على سبيل المثال، حيث ينتهي النشاطان السابقان بوضوح حين تركب جميع قطع الأحجية الخمس والعشرين، ويتم تناول ما يحويه الطبق من الطعام. لا تحظى العديد من الأنشطة، مع ذلك، بما هو واضح من النهايات، كاللعب بالسيارات وقطع المكعبات، مما يلزم بوضع حدود واضحة لها.

يمكن للوالدين، فيما يتعلق بالتعامل مع معظم الأطفال، أن يطالبوا الأخيرين بالتوقف عن ممارسة ما لا يتسم بنهاية واضحة من الأنشطة، والانتقال إلى أخرى، ولكن ذلك لا يفلح عند التعامل مع المتمردين من الأطفال. يكره الأخيرون تلقي التوجيهات. لا يماثل القيام بذلك، في الحقيقة، إلا التلويح بالأعلام الحمراء أمام الثيران الهائجة.

فكرة رئيسة:

يكره الأطفال المتمردون تلقي التوجيهات.

يجدر بك، في تلك الحالة، عوضاً عن إعطاء التوجيهات للطفل المتمرد، أن تلجأ إلى ما هو غير لفظي من الطرائق لإيصال مطالبك، كاستخدام منبه الساعة، على سبيل المثال، لوضع حد للأنشطة المفتقرة إلى نهايات واضحة. تتمثل إيجابية تلك الطريقة فيما يصدره المنبه من أصوات قوية مزعجة، تدفع الطفل إلى التوقف عن ممارسة النشاط، وضغط زر المنبه بغية إيقافها. يجدر بك، عند اللجوء إلى المنبه، تقدير المدة الزمنية التي يستلزمها الطفل لممارسة النشاط، قبل العمل على ضبطه. تتجسد «الحيلة» المقبلة في منح طفلك المتمرد الشعور بالسيطرة، عبر سؤاله قائلاً: «هل ترغب في ضبط المنبه؟» إن رد بالإيجاب، فأردف قائلاً: «اضغط الرقمين واحد وخمسة. حسناً، ها قد حددت 15 دقيقة. سآتي إليك حين يرن جرس المنبه». سيستجيب الطفل، بتلك الطريقة، إلى النهاية التي حددها بنفسه، مما يمنحه الكثير من السيطرة!

يرن الجرس، فيما بعد، وفق الموعد المحدد، ليأتي الوالد إلى موقع النشاط، دون أن ينبس ببنت شفة، حاملاً المنبه بيده، مؤشراً للطفل كي يعمد إلى إيقافه، ليومئ الوالد برأسه موافقاً، ويرافق الطفل إلى موقع النشاط المقبل.

يجدر بك التحلي بالمرونة فيما تضعه من خطط يومية. إن أعاقت الظروف الأنشطة لأي من الأسباب، فسيتعين عليك إعادة صياغة الخطط على وجه السرعة. لا يمثل ما أعددته من خطط في ذهنك، في بداية اليوم، أوامر منزلة؛ بل وسيلة للتوجيه لا أكثر، لمساعدة طفلك في ممارسة ما هو إيجابي من الأنشطة أثناء يومه، بحيث يسير بسلاسة.

وقت العائلة:

يتسم إيجاد ما يجمع العائلة من أنشطة مشتركة، بصورة يومية، بالكثير من الأهمية. يمثل تناول الطعام، على وجه الخصوص، أحد تلك الأنشطة، ولكنه لا يكفي بذاته. يجدر بأفراد العائلة، حين يتناولون الطعام معاً، أن يتحدثوا إلى بعضهم. يجدر بك، بغية تسهيل التحاور والإصغاء، أن تطفئ التلفاز، وتحد من مشتتات الانتباه الأخرى.

يجسد تناول طعام العشاء أمراً مهماً للغاية، بالنظر إلى التقاء أفراد العائلة جميعاً على مائدته. يعزز الأخيرون من الأواصر العائلية حين يتجاذبون أطراف الحديث، ويصغون إلى بعضهم، فضلاً عما يوفره ذلك من فرص للأطفال للإصغاء إلى الراشدين، واكتساب المعلومات حول العالم الخارجي الذي يسبرون أغواره بصورة تدريجية. لا غرو إذاً من تمتع أطفال العائلات التي تجتمع على الطعام بصورة دورية، ممن لم يبلغوا سن الدراسة، بما هو أفضل من المهارات اللغوية(24)، بينما تتحسن الدرجات الدراسية، ويرتقي الأداء في الاختبارات، لمن بلغ المرحلة الابتدائية منهم(25)، فضلاً عن اكتساب المزيد من الآداب والتصرف بصورة حسنة(26)، بما يعد أكثر أهمية لذوي المشكلات السلوكية من الأطفال على وجه الخصوص.

وقت السكينة:

يخرج الأطفال المتمردون عن السيطرة، في العديد من الأحيان، بمرور الساعات. يرهق أولئك أنفسهم، طوال اليوم، عاجزين عن التخفيف من وتيرة حركتهم المتزايدة، ليبلغوا مرحلة الإجهاد العاطفي، ويفجروا نوبات غضبهم.

يجدر بك، بغية تجنب ذلك، العمل على توفير وقت أو اثنين للسكينة أثناء اليوم. تمكن أوقات السكينة الأطفال من شحن طاقتهم، والتحكم في سلوكهم ومراقبته بصورة ذاتية، مما يسهم في تحسينه في نهاية المطاف، فضلاً عما توفره من فرص لالتقاط أنفاسك أثناء اليوم.

قلل من الاطلاع على العنف:

يتسم الأطفال المتصفون بالتمرد وعدم الامتثال، في العادة، بالعدوانية على حد سواء. يطلع الأطفال على العنف في يومنا الحالي، لسوء الحظ، أينما ولوا وجوههم. يطلع الأطفال

على قدر كبير من العنف في التلفاز، على وجه الخصوص، فضلاً عما يتابعونه من أفلام، ويمارسونه من الألعاب الموجهة إليهم بصورة خاصة.

تمجد حضارتنا العنف إلى أبعد الحدود. افتح التلفاز في أي من الأوقات، لترى من يقتلون، أو يضربون، أو يعذبون، بما لا يستثني رسوم الأطفال المتحركة صبيحة يوم السبت، حيث يقاتل الجنود الشجعان الكائنات الفضائية القبيحة القادمة من كواكب بعيدة، ويصرع الفرسان البواسل محاربي الإمبراطوريات الشريرة، ويردي الأخيار من رجال الشرطة الأشرار على الدوام. يطغى العنف على التلفاز، في الحقيقة، حيث تقدر الدراسات أن الطفل العادي يشاهد، بحلول سن الرابعة عشرة، ما يعادل أحد عشر ألف جريمة قتل[27].

ثار الجدال في السابق حول أثر العنف التلفازي في الأطفال، ليحسم في نهاية المطاف. تولد مشاهدة مظاهر العنف العدوانية لدى الأطفال. قدم الدليل الأول على ذلك في العام 1961، حين عمد آلبيرت باندورا، أستاذ علم النفس في جامعة ستانفورد، فيما يعد تقليدياً من الدراسات في وقتنا الحاضر، إلى تقديم دمية كبيرة إلى مجموعتين من الأطفال الذين لم يبلغوا سن الدراسة[28]، لتلهو الأولى بها دون إظهار أي قدر من العنف، بينما عمد أطفال المجموعة الثانية إلى ركل، ولكم، وضرب الدمية، ورميها، بُعَيد مشاهدة أحد البالغين يفعل الأمر ذاته، حين غادر الأخير الغرفة.

أثارت دراسة باندورا ما يتسم بالأهمية من الأسئلة، كما يحدث عند متابعة الأطفال مشاهد العنف في التلفاز؟، وما إذا كان ذلك يزيد من عدوانيتهم؟. توصل ليونارد أرون، الأستاذ في جامعة شيكاغو في حينه، إلى الإجابة عن ذلك عبر سؤال مجموعة من الأهلين عن مدة متابعة أطفالهم التلفاز، ونوعية ما يتابعون من برامج[29]، فضلاً عن سؤال أقران الأطفال عما يظهرون من عنف، ليكتشف زيادة مستوى العنف فيما يمارسه الأطفال من لعب مع أقرانهم، كلما تابعوا المزيد من مشاهد العنف في التلفاز.

لم يقتنع جميع المتابعين في حينه، بكل الأحوال، بما أسفرت عنه تلك الدراسات من نتائج[30]، حيث لم يشهد الأطفال، في دراسة باندورا، سوى رجل غريب، يفعل أمورا غريبة، فيما هو غريب من المواقف، بما يمثل تجربة غير مألوفة لدى الأطفال، بينما لم يتجسد سؤال ارون للوالدين إلا فيما يعتقدون أن أطفالهم يتابعون من البرامج، ليفتقر إلى الدقة المطلوبة.

لجأ العلماء إلى العالم الواقعي بغية التوصل إلى إجابة حاسمة، فيما يتعلق بذلك الصدد[31]، ليتناهى إلى مسامعهم، في إحدى الدراسات، أن خططاً توضع لإيصال التلفاز إلى مجتمع صغير معزول في شمال كندا، ليعمدوا إلى قياس مستوى العنف لدى الأطفال قبل عام من ذلك[32]، ويكتشفوا، بعد عامين على وصول التلفاز، زيادة مستوى العنف الجسدي لدى الأطفال بنسبة 160%. توصل بحث واقعي آخر، إضافة إلى ذلك، إلى النتيجة المتمثلة في أن كمية ونوعية مشاهد العنف، التي يتابعها الأطفال في التلفاز، تنبئ بما يظهرون من عنف في مرحلة بلوغهم المبكرة[33].

فكرة رئيسة:

يتسم من يتابع العنف في التلفاز من الأطفال بقدر أكبر من العدوانية.

لا يفتقر المعنى إلى الوضوح بذلك الصدد. ينزع متابعو مشاهد العنف من الأطفال إلى استخدام القوة لحل خلافاتهم مع الأطفال الآخرين، وتحصيل ما يبغون من والديهم. يتعين عليك، إن قلقت بشأن ما يظهره طفلك من عنف، أن تراقب بفاعلية ما يتابعه من برامج تلفازية. لا يجدر بك، بالنتيجة، بغية ممارسة الرقابة المطلوبة، وضع التلفاز في غرفة نومه، أو غيرها مما تعجز عن مراقبته من أماكن. يتعين انتقاء البرامج التلفازية باستمرار منعاً لمتابعة الأطفال العنيف منها.

يتعين إدراج متابعة التلفاز، إضافة إلى ذلك، ضمن خطط الأنشطة، على أن يتم ذلك في مدد قصيرة من اليوم. يجب تقنين مدد المتابعة لسبب مهم آخر يتمثل في انصراف الأطفال عن اللعب والتفاعل مع أقرانهم، والراشدين، إن هم انصرفوا إلى متابعة التلفاز بما يثير تسليتهم، فضلاً عن افتقاد التفاعلات الضرورية لتعلم كيفية التوافق مع الآخرين، وحرمانهم من أداء الأنشطة المساعدة في تطوير مهاراتهم المرئية والحركية، وتقييد تطورهم الجسدي على وجه العموم.

فكرة رئيسة:

يتعين على الوالدين مراقبة ما يتابعه أطفالهم من برامج تلفازية.

يُمجِّد مجتمعنا العنف، إضافة إلى ذلك، عبر العديد من ألعاب الفيديو الموجهة للأطفال، التي تكرس الفكرة المتمثلة في امتلاك «الأخيار» الأحقية في استخدام العنف ضد «الأشرار». ومن ثمَّ يأخذ الأطفال في الاعتقاد عقب ممارسة تلك الألعاب، أن الجميع يحترمون الأقوياء الذين يستخدمون العنف للدفاع عن حقوقهم، فضلاً عما تشيده بعض الألعاب من عوالم افتراضية، تدفع بالأطفال لممارسة العنف. لا يجدر بالأطفال الذين يظهرون مستويات مقلقة من العدوانية، ممارسة ما يشجعهم على العنف من ألعاب، ورمي الناس بمسدساتهم البلاستيكية، على سبيل المثال، أو ضرب الأطفال الآخرين بقفازات الملاكمة الضخمة، واللهو بأي من الدمى الأخرى التي تشجعهم على «التظاهر» بالعدوانية.

فكرة رئيسة:

يجدر بالوالدين إبقاء المنزل خالياً، قدر الإمكان، من كل ما يمجِّد العنف والعدوانية، ويشجع عليهما.

أوجد مناخاً من التقدير

يشكل المنزل مكاناً لتقدير ودعم الأطفال، بما يمثل العلاج الأفضل لتمردهم وعدم امتثالهم. يتسم تقدير الأطفال، إضافة إلى ذلك، بقدر كبير من الفاعلية، كما يدلل كتاب «400 خاسر»[34]. تحدث ألستروم وهافيغورست، أستاذا التربية في جامعة شيكاغو، في ذلك الكتاب، عن التجربة الشاملة التي أجريت على 400 من المراهقين، الذين تتسم حالاتهم بالخطورة، في كنساس. تم انتقاء نصف عدد أولئك المراهقين، بدءاً من الصف الثامن، بطريقة عشوائية لاستكمال تعليمهم في المدارس العادية، بينما ألحق النصف الآخر في برنامج تعليمي خاص، يستمر خمس سنوات، ويعد ممتازاً للغاية فيما يتعلق بمعالجة الصغار الذين تتسم حالاتهم بالخطورة. منح الطلبة الأخيرون فصولاً دراسية صغيرة، وما هو فردي من التعليم، واحتوت مناهجهم الدراسية على برنامج تدريبي لاكتساب المهارات الوظيفية والتأهيلية، فضلاً عن تلقي أجور متزايدة، أثناء التقدم في الدراسة، بينما ارتقوا من التدريب المهني إلى شغل وظائف بدوام كامل. ما يمكن أن يفوق ذلك في أفضليته؟.

توقع الباحثون، بالنتيجة، بما يمكن تفهمه، أن يحظى الطلبة المنخرطون في البرنامج الخاص بكثير من النجاح.

تفحص الباحثون، فيما بعد، وضع كل من الطلاب المشمولين بالتجربة عند بلوغهم الثامنة عشرة. توقع الباحثون، كما أسلفنا، أن يحظى طلبة البرنامج التعليمي الخاص بالنجاح بما يفوق نظراءهم، من متلقي التعليم العادي، ليكتشفوا عدم حدوث ذلك على أرض الواقع، وأخفق طلاب التجربة كلهم، على وجه التقريب، من جراء التعرض لمشكلات قانونية، والعجز عن نيل الوظائف، وتعاطي المخدرات، والانخراط في أنشطة العصابات الإجرامية. شملت تلك النتائج المؤسفة، في نهاية المطاف، طلاب التجربة بشقيهم، من متلقي التعليم العادي، والملتحقين في البرنامج التعليمي الخاص، الشامل والمكلف، المستمر خمس سنوات، على حد سواء.

توصل الباحثون مع ذلك، عند النظر في البيانات، إلى ما هو مفاجئ من الاكتشافات، بعد أن تبين أن عدداً قليلاً من الطلبة الخاضعين للتجربة، من كلتا الفئتين، قد تمكنوا، بعد مضي عام على إنهاء الدراسة الثانوية، من الحصول على الوظائف، وإكمال تعليمهم وبرامجهم التدريبية، فضلاً عن عدم التعرض لأي من المشكلات القانونية، مما يثبت نجاحهم إلى أبعد الحدود.

ما الذي مكن تلك الفئة القليلة من التغلب على قدرها المحتوم بالإخفاق، كما بدت عليه الحال؟. اكتشف الباحثون وجود فرق واحد بين المخفقين والناجحين من طلاب التجربة، يكمن في تلقي الأخيرين كثير من التقدير. حظي أولئك بمن يمنحهم التقدير من الراشدين، فضلاً عن الإيمان بقدراتهم، والوقوف إلى جانبهم حين تقتضي الضرورة.

تعبر القصيدة الآتية، لأحد الشعراء المجهولين، عما يَسِمُ تقدير الأطفال من أثر ملحوظ:

الولد الصغير، بصوت ملؤه الفرح:
«حصلت على علامتين تامتين».
الوالد، ببلادة شديدة:
«لم لم تحصل على ثلاث»؟

الفتاة، تنادي عند الباب:
«أمي، أنهيت تنظيف الصحون».
الأم، ببرود شديد:
«هل كنست الأرضية»؟

الولد الطويل: «جززت العشب،
وأعدت الجزازة إلى مكانها».
الوالد، بكثير من عدم المبالاة:
«هل أزلت الطمي عنها»؟

بدا الأطفال في المنزل المجاور
سعداء، فرحين للغاية
حدثت الأمور ذاتها هناك
ولكن سارت على الوتيرة الآتية:

الولد الصغير، بصوت ملؤه الفرح:
«حصلت على علامتين تامتين».
الوالد، بكثير من الفخر: «عظيم،
أشعر بالسعادة لانتمائك إلي».

الفتاة، تنادي عند الباب:
«أمي، أنهيت تنظيف الصحون».
الأم باسمة، تتحدث برقة:
«أحبك أكثر كل يوم».

الولد الطويل: «جززت العشب،
وأعدت الجزازة إلى مكانها».
الوالد، بكثير من الفرح:
«جعلت يومي ساراً».

يستحق الأطفال الثناء
على ما أنجزوا من مهام
يتوقف الأمر عليك
إن قدر لهم الهناء

عادة التقدير:

لا يتسم تقدير طفلك ودعمه بالقليل من الأهمية كي يبقى رهناً للمصادفة. إن رغبت في أن يتجاوز مشكلاته السلوكية، فسيتعين عليك أن تظهر له التقدير بصورة يومية.

يتساءل بعض الآباء، في مجموعاتنا التدريبية، قائلين: «ولكن ما نفعل إن لم يحسن أطفالنا القيام بأي شيء؟» يمكن تفهم ذلك السؤال بالنظر إلى ما يرتكبه العديد من الأطفال المتمردين من أخطاء، طوال اليوم، وما ينخفض به ذلك عن مستوى التوقعات. تتمثل الإجابة في الخفض من مستوى توقعاتك. يحسن الأطفال جميعاً القيام بأمر ما، وإن تجسد في النهوض من الفراش، في الصباح، لا أكثر. لا تنتظرن ارتقاء طفلك إلى مستوى توقعاتك، قبل أن تمنحه الكثير من التقدير. أخفض من ذلك المستوى، وابحث عما يمكن أن يفعله طفلك على الوجه الصحيح، واعمل على تقديره.

احرص، على حد سواء، على ابتكار الطرائق لتقدير طفلك حين يحقق إنجازات معينة، عبر وضع ملصق يحمل عبارة «قد نجحت» على الثلاجة، على سبيل المثال، حين يسجل هدف الفوز في مباراة الكرة. يجدر بك الإقرار والاحتفال بإنجازاته عبر حثه على الاتصال بجديه لإطلاعهما على الأخبار الجيدة. قم بأي من الأمور المميزة للاحتفال بأول أيام سيره، ونطقه، وذهابه إلى الحضانة، ودون ذلك فيما يمكن أن يطلع عليه من السجلات بينما يكبر ويزداد نضجاً. احرص على وضع رسومه، وما ينجح به من اختبارات التهجئة في المدرسة، على باب الثلاجة، واعمد إلى إخبار جميع أفراد العائلة بإنجازاته على مائدة العشاء.

تعمد بعض العائلات، في كل أمسية، إلى مناقشة إنجازات أفرادها أثناء اليوم. يمثل ذلك ما هو بسيط من الأمور، ولكنه يمنح الأطفال فرصة التركيز على الإيجابيات، ويمكن الوالدين من التعبير عن افتخارهم وتأثرهم بما يحققه أطفالهم، وإن تمثل في فتح الباب

لأي من الزائرين، أو الحرص على غسل أيديهم قبل تناول العشاء. يحب الأطفال، بلا شك، تلقي الدعم والتقدير، ولا يسهم ذلك إلا في حثهم على فعل ما يرضيك بغية نيل المزيد منهما.

فكرة رئيسة:

يمكن تقدير الأطفال المتمردين من مساعدتهم في التغلب على مشكلاتهم السلوكية.

*****

تطبيقات

يجدر بك إيجاد جو هادئ منظم في المنزل، بغية التقليل من التوتر، وإضفاء السكينة، وتشجيع أفضل الجهود المبذولة من قبل أطفالك، وتمكينك من إطرائهم بصورة متزايدة.

1. تنظيم المنزل:

هل يمثل انعدام التنظيم مشكلة في بيتك؟

______ نعم ______ لا

إن اخترت الإجابة بنعم، فاعمد إلى مطالبة كل من أفراد العائلة بترتيب أغراضهم، بدءاً من الشخص الأكبر سناً، فمن يصغره، وهكذا دواليك.

يمكن أن تكون بحاجة للصناديق في تلك الحالة. يصلح ما يستخدم منها لحفظ الأوراق للتخزين على المدى الطويل، بالنظر إلى سهولة تحريك أغطيتها، وإمكانية تصنيفها. يمكن لك الحصول عليها، على وجه الاحتمال، من المدرسة في منطقتك بصورة مجانية. تناسب السلال والأقفاص البلاستيكية غرف الأطفال، حيث تستخدم الأغراض بصورة دورية. تستوعب السلال في غرف الأطفال الثياب القذرة، على حد سواء، بما يحول دون إلقائها على الأرض، إضافة إلى ما تسهم به رفوف الكتب وصناديق الألعاب في الحد من الفوضى.

يجدر بأفراد العائلة كافة الانخراط في عملية التنظيم، بحيث يحظى كل من الأغراض بمكان محدد، عند نهاية تلك العملية، وتحفظ الألعاب والمعدات الخارجية خارج المنزل.

يجدر بأفراد العائلة التباحث، فيما بعد، بغية وضع ومناقشة خطة مشتركة لتحديد موعد يومي لعملية التنظيم. يتعين مراعاة فروق السن فيما توزعه من مهام، وتحمله من توقعات.

2. التوجيه:

هل تخضع الأنشطة اليومية الرئيسة في منزلك لخطة معينة، بما يشمل تناول الوجبات، واللعب، والنوم، على سبيل المثال؟

______ نعم ______ لا

إن اخترت الإجابة بلا، فاعمل على التفكير فيما يمكنك تنفيذه من خطط في الغد. قد يستلزم وضع تلك الخطط على الثلاجة، أو أي من الأماكن البارزة الأخرى، بعضاً من الوقت، ولكن ذلك يسهم في تقديم العون لطفلك المتمرد. احرص على تضمين الخطة ما يمكنك المشاركة فيه من أنشطة ممتعة، تتمحور حول الطفل بمجملها.

يجدر بك التفكير، بينما تضع الخطة، في كيفية الإعداد للأنشطة المختلفة التي تحويها. إن تضمنت الخطة، على سبيل المثال، خبز الكعك بمشاركة طفلك، فيجدر بك الحرص على تأمين المقادير المطلوبة، بالنظر إلى ما يعانيه الأطفال المتمردون والمندفعون من صعوبة في الانتظار حتى تأمين مستلزمات النشاط المقبل، وما يعانونه بصورة أكبر إن اقتضت الحاجة إلغاء ما يتسم بالمتعة من الأنشطة.

استعن بالجدول الوارد في نهاية هذه التطبيقات، بغية وضع خطة لطفلك أثناء بضع الساعات الأولى من اليوم.

3. التعامل مع ثقافة العنف حين تغزو منزلك:

هل يشاهد طفلك ما يشجع على العنف من البرامج التلفازية، والأفلام، والرسوم المتحركة؟

ـــــــ نعم ـــــــ لا

إن اخترت الإجابة بنعم، فحدد غايتك في التقليل بشكل مؤثر من اطلاع طفلك على مظاهر العنف أثناء الثلاثين يوماً المقبلة. يجدر بك البدء في تحديد ما يشجع على العنف في منزلك من دمى، وألعاب، وبرامج تلفازية، وأفلام، وكتب.

الدمى: ـــــــــــــــــــــــــــــــ

الألعاب: ـــــــــــــــــــــــــــــــ

البرامج التلفازية: ـــــــــــــــــــــــــــــــ

الأفلام: ـــــــــــــــــــــــــــــــ

الكتب: ـــــــــــــــــــــــــــــــ

يجدر بك، فيما بعد -إن تخلصت من العناصر السابقة- استبدالها بما يفيد من الأنشطة. سنقدم بعض الاقتراحات الواردة في مواقع إلكترونية معروفة (كبارنزآندنوبل دوت كوم، وأمازون دوت كوم)، التي تقدم وصفاً مختصراً لكل من المواد الواردة فيها، بما

يمنحك الأفكار حول كيفية استخدامها مع طفلك. يفتقر الأطفال المتمردون إلى المهارات الاجتماعية. ومن ثمَّ يمكن استخدام الكتب، والأقراص المدمجة، والأفلام لمساعدة طفلك في إدراك الكيفية التي يحل بها الآخرون مشكلاتهم، ويتعاملون مع التحديات بصورة إيجابية، فضلاً عن التباحث معه حول الشخصيات، والقيم، وأنماط السلوك، بما يشجعه على التفكير. تسهم الاقتراحات الآتية في مساعدتك على البدء، ويمكن البحث عن مواد جديدة في شبكة المعلومات عبر التماس عبارات «كتقدير الذات»، و«حل المشكلات»، و«صنع القرار»، و«المهارات الاجتماعية»، و«ضغوط الأقران»، و«مغالبة التنوع»، و«تكوين الصداقات».

الأطفال من سن 4 - 7:

الكتب:

I Knew You Could!: A Book for All the Stops in Your Life, by Craig Dortman, Christina Ong (Illustrator), and Watty Piper. ISBN: 0448431483 $9.59

I'm Gonna Like Me: Letting Off a Little Self-Esteem, by Jamie Lee Curtis and Laura Cornell (Illustrator). ISBN: 0060287616 $11.89

I Like Myself! By Karen Beaumont and David Catrow (Illustrator). ISBN: 0152020136 $12.80

It's Hard to Be Five: Learning How to Work My Control Panel, by Jamie Lee Curtis and Laura Cornell (Illustrator). ISBN: 0060080957 $11.89

الأقراص المدمجة:

You Sing a Song and I'll Sing a Song, book and read-along audio, $16.98

Quiet Time $13.48

Free to Be You and Me, book and read-along audio, $9.58

الأفلام:

Shrek 2 $19.98

Finding Nemo $23.98

Mary Poppins $23.98

الأطفال من سن 8 - 11

الكتب

Tales of a Fourth Grade Nothing, by Judy Blume. ISBN: 0142401013 $5.99

How to Eat Fried Worms, by Thomas Rockwell. ISBN: 0440421853 $5.99

The Roald Dahl Treasury, by Roald Dahl. ISBN: 067001663 $10.30

Jackie Robinson: Strong Inside and Out (TFK Biographies Series). ISBN: 0060576006 $3.99

True Stories: Girls Inspiring Stories of Courage and Heart (American Girl Library Series). ISBN: 1584857447 $7.95

Helen Keller: A Photographic Story of a Life (DK Biography Series). ISBN: 0756603390 $4.99

الأقراص المدمجة

American Idol Greatest Moments $13.98

The BFG, by Roald Dahl, audio book, $16.35

Amelia Bedelia, by Peggy Parish, book and read-along audio, $9.99

Little House on the Prairie, by Laura Ingalls Wilder, audio book, $17.13

Island of the Blue Dolphins, by Scott O'Dell, audio book, $13.57

Disney Cars: Read-Along $7.99

4. ضع قائمة بما يمكن أن يثير اهتمام طفلك من الدمى والألعاب البديلة، فضلاً عن الأفلام والكتب، ثم اعرضها على من يمكن أن يبتاع الهدايا لطفلك، من الأصدقاء والأقارب، في عيد ميلاده، أو غير ذلك من المناسبات.

5. يجدر بك نقل جهازي التلفاز والحاسوب من غرفة نوم طفلك، إلى حيث يمكن مراقبتهما بسهولة، فضلاً عن التفكير في ابتياع البطاقات التي تحجب البرامج التلفازية غير المرغوبة.

6. إيجاد جو إيجابي في المنزل: هل أنت بحاجة لتنويع الوسائل التي يعكس المنزل عبرها الفخار في ساكنيه، ويعزز من قدراتهم؟

______ نعم ______ لا

إن اخترت الإجابة بنعم، فتأمل الاقتراحات الآتية:

- توفير مكان لعرض القصائد والملصقات.
- توفير مكان لعرض أعمال الأطفال الجيدة، كباب الثلاجة بصورة اعتيادية.
- توفير مكان ملائم لممارسة هواياتهم، وعرض مقتنياتهم، ومشروعاتهم.
- تخصيص وقت للإقرار والاحتفال بمنجزاتهم، كموعد العشاء أو النوم.

الوقت	النشاط	المواد المطلوبة	كيفية مساعدة ذلك للطفل المتمرد
7 :00	استيقاظ الطفل		
7 :30	الإفطار	جهز المائدة وحدد بصورة مسبقة ما يتم تقديمه. توضع علب حبوب الإفطار والآنية، على سبيل المثال، على المائدة في الليلة السابقة.	ينزع الأطفال المتمردون إلى المجادلة بشأن ما يتناولون. إن توافرت بضعة من الخيارات، كوجود نوعين من علب حبوب الإفطار على المائدة، فستزيد قابلية الطفل المتمرد لاختيار أحدهما، والبدء في تناوله.
7 :45	صندوق نشاط فردي يحوي موادّ لعب كالمكعبات، والسيارات والألغاز، يلهو الطفل بها بينما يعد الوالدان العائلة للمغادرة.	صندوق نشاط يحوي بضع مواد مسلية. اعمد إلى تغيير المواد في الصندوق باستمرار كي يبقى مثيراً للطفل.	يعاني الأطفال المتمردون صعوبة في التصرف بطريقة مناسبة أثناء الأوقات الانتقالية، كما يحدث عند الانتقال من الإفطار إلى ما يسلون به أنفسهم، مدة من الزمن، عبر القيام بأي من الأنشطة المناسبة. تشكل «المدة السلبية»، التي ينشغل الوالدان أثناءها بتهيئة أنفسهم أو أفراد العائلة للمغادرة، تشكل أرضا خصبة للطفل المتمرد كي يجلب الانتباه عبر إساءة التصرف. يسهل صندوق الأنشطة المسلية الانتقال من الإفطار إلى اللعب المستقل، ويمنح الفرصة لطفلك لانتقاء ما هو جيد من الخيارات بشأن ما يقوم به من الأنشطة.

8 :00	تسهيل الوالد أنشطة التهيئة.	تهيئة الملابس وفرشاة الأسنان، برفقة طفلك، في الليلة السابقة.	ينزع الأطفال المتمردون إلى المجادلة بشأن ما يرتدون. إن منحت طفلك متسعاً من الوقت، قبل النوم، لتهيئة ما يود ارتداءه في اليوم المقبل، فستزيد الفرص لقيام طفلك بارتداء ملابسه طواعية، وبصورة سريعة، دون تأخير العائلة.
8 :10	نشاط تدريبي كالمشي برفقة الوالدين، أو ركوب الدراجة.		يتمتع الأطفال المتمردون والمندفعون، في العادة، بقدر كبير من الطاقة في الصباح. يمكنك الاستفادة من تلك الطاقة، عبر التخطيط لنشاط جسدي، لتوفير ما هو مناسب من مصادر التنفيس لطفلك.
8 :45	يساعد الطفل الوالدين في مهامهما، كالذهاب للتسوق في متجر البقالة، أو الذهاب إلى المصرف أو المصبغة.		يتعلم الأطفال طرائق مناسبة للتفاعل مع الآخرين، عبر مراقبة والديهم. يفتقر الأطفال المتمردون، في الكثير من الأحيان، إلى القدرة على إدراك إشارات التواصل الاجتماعي. إن أفسحت المجال لطفلك المتمرد لمراقبتك بينما تتفاعل مع الآخرين، فضلاً عن التحدث بشأن ذلك التفاعل، فستساعده في تعلم المهارات الاجتماعية.

الوقت	النشاط	المواد المطلوبة	كيفية مساعدة ذلك للطفل المتمرد
9:45	الوجبة الخفيفة	مكونات الوجبة الخفيفة	يعاني الأطفال المتمردون والمندفعون صعوبة أكبر في التصرف بطريقة مناسبة حين يشعرون بالجوع (أو التعب). اعمد للتخطيط لذلك عبر توفير وجبات خفيفة صحية، وتقديمها قبل ظهور المؤشرات إلى السلوك السلبي.
10:00	وقت للسكينة، عبر الاستماع إلى الوالد بينما يقرأ، على سبيل المثال، أو الاستماع إلى كتاب مسجل.		يُمكّن وقت السكينة الأطفال المتمردين، العدوانيين، والمندفعين من الاسترخاء، وتقليل التوتر الناتج عما لم يسر بشكل جيد من التفاعلات. إن لم يتوافر الوقت لتهدئة الطفل المتمرد، فستزيد وتيرة سلوكه السلبي على الأرجح.

3

تعزيز العلاقة بين الوالد والطفل

لعبة الخاسرين

لم تكن ماريا تجهل ضعف علاقتها بولدها جستين، لتعمد -بغية تعزيز العلاقة بينهما- إلى اللعب برفقته. ومن ثمَّ خاطبت ماريا جستين -بعد ظهيرة أحد الأيام الماطرة- قائلة: «ما يمكن أن نلعب معاً؟».

أجابها جستين بحماسة قائلاً: «طاولة النرد!، لا أخسر مطلقاً».

منحت ماريا الفرصة لجستين لرمي النرد أولاً، بغية تمكينه من الفوز. تقدم الأخير في اللعب طوال الدقائق الخمس الأولى، لتأخذ أمه في التقدم بدورها، قبل أن يخفق بصورة مفاجئة، ويقلب الطاولة رأساً على عقب، ثائراً إلى أبعد الحدود.

خاطبت ماريا ولدها قائلة: «حسنًا جستين، لن أحتسب خسارتك، فلنتابع اللعب»، ليرفض الإصغاء إليها، وتعيد طاولة النرد إلى مكانها، حزينة مكتئبة. تساءلت المرأة في قرارة نفسها، قائلة: «كيف يمكن لي بناء علاقة مع ولدي، بينما يثور لأتفه الأسباب؟».

لا يختلف جستين عن معظم الأطفال المتمردين الذين نعالج حالاتهم، من حيث الافتقار إلى ما هو وطيد من العلاقات مع الوالدين. يتسم بناء

تلك العلاقات، بكل الأحوال، بكثير من الأهمية فيما يتعلق بتحسين سلوك الطفل المتمرد. ومن ثمَّ يمكن أن تتساءلوا عن كيفية تطوير العلاقة بين الوالدين وأطفالهم.

تبدأ العلاقة الوثيقة بالارتباط:

قام جون بولبي، عالم النفس البريطاني التطويري، في العام 1958، بنشر أول الإصدارات، التي استمرت طوال أربعة عقود، حول الظاهرة المتمثلة في نظرية الارتباط، بحسب تسميته(36,35). لحظ الرجل، كالبقية ممن سبقوه، أن الرضع يعمدون، أثناء ستة الأشهر الأولى، إلى لفت انتباه الآخرين بصورة ملحوظة، كما يحدث، على سبيل المثال، حين يرى الرضيع شخصاً ما، فيحرك يديه وساقيه، ويصدر الأصوات، بغية دفع ذلك الشخص إلى الاقتراب منه، فضلاً عن حمله ومعانقته، على وجه الاحتمال، وربما إطعامه. يولد ذلك التفاعل، أثناء ستة الأشهر المقبلة، ما يأخذ من أنماط السلوك في الاندماج ضمن نظام متماسك، ليبدأ الارتباط، بحسب بولبي، بالتشكل في تلك المرحلة(37). يمكن أن يظهر الارتباط في طريقة استجابة الرضع إلى الغرباء، حيث يحدقون فيهم، مستلقين، في كثير من الأحيان، بلا حراك، وكأنهم يرغبون في عدم لفت الانتباه إليهم، بالنقيض مما يفعلون مع مانحي الرعاية، حيث تعلو الابتسامة محياهم، بما ينم على الرغبة في التفاعل، ويشير إلى ظاهرة الارتباط.

يكون معظم الرضع ارتباطات قوية بمانحي الرعاية، أمهاتهم في العادة، لتتطور حين يأخذ مانحو الرعاية في إدراك إشارات الرضيع، والاستجابة لها بصورة ملائمة. يمكن، بكل الأحوال، ألاّ يرتبط مانحو الرعاية والرضع بما هو قوي من العلاقات، في بعض الأحيان، بما يمكن عزوه إلى سببين:

لا تتطور علاقة الرضيع بمانح الرعاية إن افتقر الأخير إلى الرغبة في الاستجابة لإشاراته، أو القدرة على فعل ذلك، فضلاً عن العجز عن إدراكها. يحدث المسبب الأخير، على الأرجح، في حالة الأطفال المتمردين، الذين يولدون بما هو سيئ من الطباع، كما في الحالة المتعلقة بالسيدة بيكر.

رضيع حرون

خاطبت السيدة بيكر مجموعة تدريب الوالدين قائلة: «اتسم ولدي إريك بسوء الطباع منذ ولادته، مما جعل الطبيب يبقينا في المستشفى يومين إضافيين للتأكد من عدم إصابته بمرض ما. لم تظهر الفحوصات أياً من العلل، ليتبين أنه يهوى البكاء والإزعاج، لا أكثر. كان يبكي على الدوام حين يكون مبتلاً وجائعاً، ليستمر في البكاء حين أبدل فوطته وأطعمه. لم يكن حمله وهزه يغير من الأمر شيئاً. اعتاد الطفل البكاء بغض النظر عما أفعل، لأكتشف، بعد وقت قصير، أن إهماله يثير الارتياح بقدر أكبر».

يمكن تفهم استجابة السيدة بيكر لولدها، بالنظر إلى ما يتسم به التفاعل بين الوالد والطفل من تبادلية. يتعين على الوالد، بغية تكوين الرابطة مع الطفل، الاستجابة بصورة إيجابية لإشارات الأخير، كما ينبغي للطفل إشعار والده بالارتياح لتلقي استجابته. يمكن أن يتوقف الوالد، في نهاية المطاف، عن السعي لإظهار المودة والحنان، إن لم يستجب الطفل بصورة إيجابية لمحاولاته.

تتسم الرابطة القوية بين الوالد والطفل بكثير من الأهمية فيما يتعلق بتطور الأخير من الناحية الاجتماعية. عمدت ماري اينسوورث، العاملة في جامعة جون هوبكنز، اعتماداً على الإجراء المسمى «موقف الغريب»، إلى دراسة كيفية تأثير العلاقة القوية في الأطفال حين يتعلمون المشي[38]. طالبت إينسوورث عدداً من الأمهات بترك أطفالهن في غرفة مع أحد الغرباء، قبل مغادرتها. عادت الأمهات إلى الغرفة، بعد مدة من الزمن، ليعمد الأطفال، الذين كونوا روابط قوية مع أمهاتهم حين كانوا رضعاً، إلى التوجه نحو الأخيرات، والتواصل الجسدي معهن، بينما لم يتردد البقية، ممن لم يكونوا تلك الروابط القوية، في القيام بذلك فحسب؛ بل عمدوا إلى إظهار الاستياء من أمهاتهم، فضلاً عن تجاهل بعض الأطفال لأمهاتهم عند دخولهن الغرفة مجدداً.

اكتشف الباحثون، فيما بعد، أن الأطفال الأخيرين، الذين كانت أعمارهم تتراوح بين 12 - 18 شهراً، قد أظهروا العديد من المشكلات السلوكية عند دخولهم الحضانة[39]، قبل بلوغ السن المناسبة لدخول المدرسة، بما يشمل التمرد وتبلد المشاعر[41,40].

تظهر الدراسات أن ما يتكون بين الوالد والطفل من روابط، أثناء ستة الأشهر الأولى من عمر الأخير، يوفر الأساس لتطور العلاقة بينهما. تؤكد خبرتنا العلاجية ما سبق من حقائق. لا يفتقر من نعالجهم من الأطفال المتمردين إلى الروابط القوية مع والديهم فحسب؛ بل يتسمون بالتوتر، كما تبدو عليه الحال، باحثين عما يكفل تحدي والديهم من الأسباب.

تعزو نظرية بولبي، وما أعقبها من أبحاث، السبب في ضعف العلاقة بين الوالدين وأطفالهم إلى الماضي، ولكن السؤال الأكثر أهمية يتمثل فيما يمكن فعله في اللحظة الراهنة من تطور طفلك، وهل لا يزال بمقدورك بناء علاقة إيجابية معه؟ يمكن ذلك، في الحقيقة، بالنظر إلى ما يتسم به الأطفال من مرونة. يمكن تعزيز العلاقة بينكما بصورة ملموسة، ويجدر بك العمل على ذلك بالنظر إلى ما يسهم به، بصورة رئيسة، في مساعدة طفلك في تحسين سلوكه.

مثال الحساب المصرفي:

يمكن مقارنة العلاقة الإيجابية بين الوالد والطفل بامتلاك حساب في مصرف طفلك، بحيث يزداد رصيدك كلما قدرت طفلك، عبر التعقيب بصورة إيجابية والإطراء على أعماله، وينقص حين تعمد إلى توبيخه. يسهم توبيخ الطفل في سحب المال من الرصيد بما يفوق ما يضاف إليه عند امتداح طفلك. يتعين عليك تقديره على الدوام بغية الحفاظ على المال في رصيدك.

يعمد الطفل بصورة مباشرة، حين تقوم بتوجيهه، إلى تفقد ما تملكه في رصيدك، ليلبي طلبك، في معظم الأحيان، إن امتلكت المال الكافي، ويحجم عن القيام بذلك، إن أنقص التوبيخ من رصيدك بصورة ملموسة.

يتسم الأطفال بالمهارة في الأمور المصرفية (المتمثلة في العلاقات مع والديهم)، ولا يقدمون ما هو مجاني من الخدمات فيما يديرونه من مصارف. يتضاءل رصيدك حين توبخ طفلك وتطالبه باستمرار، فضلاً عن منحه القليل من الإطراء والتقدير، مما يسهم في تمرده، في نهاية المطاف، وعدم إذعانه لمطالبك.

يصعب، لسوء الحظ، حين يغدو الأطفال متمردين، بناء ما هو وطيد من العلاقات معهم. يعود ذلك، في الحقيقة، إلى اثنين من الأسباب: الأول، افتقار الطفل المتمرد إلى مهارات

بناء العلاقات الأساسية. لحظت ماريا بالتأكيد افتقار طفلها إلى تلك المهارات، حين لعبا النرد معاً، بالنظر إلى ما اعتراه من غضب عند إخفاقه في اللعب.

يتمثل السبب الثاني في المقاومة الشديدة التي يبديها الأطفال المتمردون لتوطيد علاقتهم بوالديهم. يحرص الأطفال المتمردون على إبقاء والديهم على مسافة منهم، من الناحية العاطفية، مخافة نزوع الأخيرين للسيطرة عليهم. يكره الأطفال المتمردون السيطرة، إلى أبعد الحدود، مما يفسر سعيهم الدؤوب لإبقاء الراشدين، بما يشمل والديهم، على مسافة عاطفية منهم.

يمثل الارتباط والتمرد وجهين لعملة واحدة. يتجسد السبيل الأنسب للحد من تمرد طفلك وعدم امتثاله، في توطيد العلاقة بينكما.

مهارات بناء العلاقات الأساسية:

يفتقر الأطفال المتمردون -استناداً إلى تجربتنا في معالجة الأطفال ذوي المشكلات السلوكية- ووالديهم، إلى كل أو معظم مهارات بناء العلاقات الأساسية الخمس، على أقل تقدير. تتمثل تلك المهارات، التي يتعين على الأطفال المتمردين اكتسابها، في ما يأتي:

- السماح للوالد بتوصيف السلوك، دون اتخاذ موقف دفاعي.
- تقدير إطراء الوالد.
- السماح للوالد بالمشاركة في أداء المهام.
- تبادل الأدوار مع الوالد عند القيام بأي من الأنشطة.
- إدراك ما تتمحور حوله الألعاب التنافسية من التقارب، لا الربح أو الخسارة.

فكرة رئيسة:

يتعين تعليم الأطفال المتمردين كيفية المشاركة في العلاقات المطورة.

تعليم مهارات بناء العلاقات الأساسية الخمس:

يتوقف ما يحتاج الطفل تعلمه من مهارات على سنه، وافتقاره إلى ما يجب التمتع به من مهارات في تلك السن. تكتسب تلك المهارات تدريجياً، بصورة تراكمية، كما يحدث عند بناء

المنازل، حيث يتعين عليك تشييد الأساس، والعمل انطلاقاً منه. تتمثل مهارة بناء العلاقات الأولى، التي يجب على الطفل تعلمها، في السماح للوالد بتوصيف سلوكه.

تقبل التوصيف:

يتقبل معظم الأطفال، ممن يبلغون الثانية، توصيف الوالدين سلوكهم، كما يحدث في حالة سالي، التي تبلغ الثالثة ولا تعاني أياً من المشكلات السلوكية الواضحة، على سبيل المثال، حين تبتسم عندما يُوصِّف والدها ما تفعل، قائلاً: «ترتدين حذاءك». يرفض معظم الأطفال المتمردين توصيف سلوكهم، بالمقابل، كما في حالة دونالد، الذي يخاطبه والده قائلاً: «تلعب بالسيارة»، ليعمد إلى دفعها بقوة، قبل أن يغادر الغرفة وهو يضرب الأرض بقدمه. يكره الأطفال المتمردون توصيف سلوكهم لما يحويه من إشارة إلى إنصاتهم لوالديهم، ومن ثمَّ الإذعان لهم، مما يعني خضوعهم للسيطرة، التي يمقتونها، في نهاية المطاف.

يمكن أن تدرك، بسهولة، هل يتقبل طفلك توصيف سلوكه، عبر القيام بذلك فعليا، والوقوف على ردة فعله. إن توقف عن أداء النشاط، وتشنجت عضلات ساعده، وعض على أسنانه بقوة، وعلا وجهه الشحوب، أو اكتسب الحمرة، فإنه يكره توصيف عمله من قبلك. يمكن للطفل، إضافة إلى ذلك، أن يعمد إلى رمي السيارة التي يلهو بها، أو تحطيمها، أو الصراخ في وجهك كي تتركه، أو التوقف عن اللعب بها. إن أظهر طفلك أياً من تلك الاستجابات، فيجدر بك العمل على تعليمه كيفية تقبل ما تصفه من سلوكه.

تتألف عملية التعليم من خطوات تدريجية، يتمثل أولها، ببساطة، في متابعة ما يقوم به طفلك، وإعلامه بذلك، عبر مخاطبته، على سبيل المثال، قائلاً: «تلعب بسيارتك». تفتقر تلك الجملة إلى ما يثير استياء الطفل من الملاحظات، ولكنه يمكن أن يستجيب بصورة سلبية إن افتقر إلى مهارة التقبل الأساسية. إن حدث ذلك بالفعل، فيتعين عليك ملاحظة أبسط ما يظهره الطفل من علامات التمنع، فضلاً عن الحفاظ على رباطة جأشك. لا يتسم ذلك بالسهولة على الإطلاق، ويستلزم كثيراً من التدريب. يجدر بك، حين يظهر الطفل علامات الرفض لتوصيف سلوكه من قبلك، ألاّ ترسم أياً من ملامح الاستياء على وجهك، كي لا يعمد إلى التقاطها، ومن ثمَّ التصرف بشكل سلبي.

يجدر بك البدء بتوصيف نشاط إيجابي واحد، لا أكثر، في كل من الأوقات. إن بدا الضيق على طفلك، عقب القيام بذلك عدداً من المرات، فلا تنبسن ببنت شفة، أو تأتين بأي حركة؛ بل تحلَّ بالصبر، حيث يمكن أن يعاود الطفل نشاطه، على الأرجح، بعد مدة وجيزة. إن لم يفعل ذلك، بكل الأحوال، بعد مضي بضع ثوانٍ، وواصل إصدار الإشارات الدالة على ضيقه، فاعمد إلى مغادرة الغرفة، مفسحاً له المجال.

لا ترفقن التوصيف، في هذه المرحلة التأسيسية من بناء العلاقات، بالنصح، أو التوجيه، أو الإطراء، أو تقديم المساعدة. إن أشرت إلى لعبة الألغاز، على سبيل المثال، قائلاً: «تحتاج وضع قطعة معينة في أعلى الأحجية»، فستزداد قابلية طفلك لإلقاء اللعبة في وجهك، عوضاً عن تقبل مساعدتك.

يمثل تعليم طفلك عملية تدريجية، بطيئة إلى أبعد الحدود. إن أردت تطبيقها بأفضل صورها، فاحرص على الظهور بمظهر من يتابع سلوك طفله بصورة عرضية، قبل توصيفه وكأنك تفكر بصوت مرتفع، ثم المضي قدماً.

تتجسد الخطوة الأخيرة، في عملية التعليم، في الاقتراب من طفلك، بصورة تدريجية، بينما تراقب وتوصف سلوكه، حتى تتمكن، في نهاية المطاف، من الجلوس بجانبه، وتوصيف سلوكه، دون ملاحظة أي من علامات الاستياء أو الامتعاض. يمكن، في الحقيقة، ألا يحدث ذلك فحسب؛ بل أن يتبسم طفلك كذلك، منخرطاً في النشاط بقوة أكبر.

لا تتسم العملية بالسهولة، مجدداً. إن أردت تعليم طفلك مهارة التقبل بأفضل صورها، فيجدر بك القيام بالآتي:

- وصف سلوكاً واحداً، لا أكثر، في كل من الأوقات. لا تقل، على سبيل المثال: «يلعب ريتشي بالسيارة، ويجلس على الأرض»؛ بل «يلعب ريتشي بالسيارة» فحسب. لا تعمدن إلى توصيف السلوك الثاني إلا عقب الاطمئنان إلى تقبل طفلك توصيف السلوك الأول، والانتظار نصف دقيقة أو نحو ذلك. احرص، بكل الأحوال، على توصيف اثنين من أنماط السلوك، لا أكثر، في كل من «جلسات المتابعة». لا يستحب الإكثار بذلك الصدد.

- احرص على تفصيل ما تصفه من أنشطة طفلك. يعلم ذلك الأخير بأنك تولي قدراً كبيراً من الاهتمام به. ولا تكتفِ بمجرد الإشارة إلى ما يفعل بصورة عرضية، كما يحدث حين تقول، على سبيل المثال: «يلون جيمي الأرنب باللون البني»، عوضاً عن «يمارس جيمي الرسم». يصور الوصف الأول بدقة ما يفعله جيمي، ليدرك أنك تتابعه باهتمام، بينما يظهرك الثاني بمظهر المنشغل بما هو أكثر أهمية من الأمور، المنصرف عن متابعة نشاط الطفل بما يكفي من الاهتمام.
- احرص على وصف الأنشطة الإيجابية فحسب: قل، على سبيل المثال: «تسقين دميتك»، عوضاً عن «تلوثين السجادة بالماء»، حيث يمثل الوصف الثاني توبيخاً للطفلة المتمردة، مما يسهم في إثارة غضبها. لا يؤدي التوبيخ، كما أسلفنا سابقاً، إلا إلى سحب المال من رصيدك في مصرف طفلك، مما يضعف العلاقة بينكما.
- لا تطل في وصفك، كمذيعي الرياضة، كيلا تفقد كلماتك مغزاها، ويتوقف الطفل عن الإنصات.

تصبح الأمور مهيأة -حين يتقبل طفلك توصيف سلوكه باستمرار، دون إظهار ما هو سلبي من الاستجابات- للانتقال إلى مهارة بناء العلاقات الثانية.

تقبل الإطراء:

يتقبل معظم الأطفال، ممن يبلغون الثالثة، الإطراء على ما يقومون به من أفعال، وينظرون إليه بعين التقدير. تتمثل أفضل السبل، في الواقع، لدفعهم لأداء المهام الموكلة إليهم بصورة أفضل في الثناء على عملهم، كما يحدث حين تخاطب الجدة حفيدتها قائلة: «رامونا، تجيدين تجفيف الصحون حقيقة، أقدر مساعدتك»، لترد رامونا عبر تجفيف الصحون المتبقية بهمة عالية. إن فعلت الأمر ذاته للمتمردين من الأطفال، فلربما ألقوا المنشفة على الأرض، قبل مغادرة المطبخ بكثير من الاستياء.

لربما اختبرت الأمر ذاته مع طفلك، لينفجر غاضباً حين تثني على عمله، ولكنك تعلم السبب الآن.

يكره الأطفال المتمردون الثناء، لاعتقادهم أنه يمثل محاولة للسيطرة عليهم في الكثير من الأحيان. فلننظر إلى مثال الجدة التي أطرت على رامونا. لم تفعل الجدة ذلك إلا لإبقاء رامونا في المطبخ، بغية تجفيف الصحون، وقد حقق الثناء غايته لأن الطفلة تحب جدتها، بينما لم يكن لذلك أن يحدث لو كانت تكرهها، ولم يكن للطفلة إلا اعتبار الثناء محاولة للسيطرة عليها في تلك الحالة.

لا يتعين تعليم الأطفال المتمردين كيفية تقبل الإطراء فحسب؛ بل تقديره كذلك، على الرغم من الحقيقة المتمثلة في كرههم له. إن استجاب طفلك بصورة سلبية حين تقوم بإطرائه، فيجدر بك تعليمه مهارة بناء العلاقة الثانية هذه. يتم إنجاز ذلك عبر اتباع الخطوات ذاتها المستخدمة في دفع طفلك لقبول ما يوصف به سلوكه. لا يعني ذلك، في نهاية المطاف، سوى تطابق الخطوات المتبعة في إطراء الطفل وتوصيف سلوكه.

لا يفصل بين الإطراء والنفاق، في الحقيقة، سوى خيط رفيع جداً، بما يتسم بالخطورة. يمثل الإطراء ما هو غير مشروط من التقدير، بينما يجسد النفاق ما هو غير مستحق، أو ملائم، من الثناء. يفتقر الإطراء، إضافة إلى ذلك، حين يستخدم في موضعه الصحيح، إلى ما هو خفي من الدوافع لتوجيه الطفل للقيام بمهام محددة. يجدر بالإطراء ألّا يكون مشروطاً. تعمد السيدة هندرسون، على سبيل المثال، لإطراء طفلتها بريندا، البالغة خمس سنوات، بما لا يفتقر إلى الصحة، حين تعمل على تركيب آخر قطعة من الأحجية، قائلة: «تجيدين تركيب الأحجيات»، بينما يمكن أن تنافق ابنتها، بغية توجيهها لترتيب غرفتها، بالنقيض من ذلك، لو خاطبتها قائلة: «بريندا، تجيدين ترتيب غرفتك على الدوام. أعلم أنك ستبلين حسناً اليوم». ستعلم بريندا، ما إن تسمع ذلك، أن أمها تسعى للتلاعب بها، مما يصرفها، على الأرجح، عن ترتيب غرفتها.

يسهم قليل من الإطراء في تحقيق النتائج المتوخاة. إن عمدت إلى الثناء على كل ما يفعله طفلك من الأمور الإيجابية، فستفقد كلماتك مغزاها، وسيتوقف طفلك عن الإنصات.

يستجيب الطفل، في بعض الأحيان، بصورة سلبية إلى الإطراء، كما في توصيف السلوك. يتعين عليك، عند حدوث ذلك، أن تكبح أياً من ردود أفعالك السلبية، وتتوقف عن الثناء بصورة مؤقتة، فضلاً عن العودة إلى توصيف السلوك، والبقاء على تلك الحال حتى يشعر

الطفل بالارتياح مجدداً. سيحدث الانتقال بين التوصيف والإطراء عدة مرات، فلا تشعرن بالإحباط من جراء ذلك. يستحق الأمر ما يبذل من أجله، وستكتشف -فائدة إضافية- أنك تتحلى بما كنت تجهل امتلاكه من الصبر.

لا يمكن تخيل الأثر الإيجابي للإطراء، حين يستخدم بطريقة مناسبة، في علاقتك بطفلك، وما تقلل به الأخيرة، إن اتسمت بالقوة، من مشكلاته السلوكية. تبين في كثير من الأحيان، عبر تجربتنا العلاجية للأطفال المتمردين ووالديهم، أن توجيه الأخيرين لإطراء أطفالهم بطريقة مناسبة، ودفعهم لتقبل ذلك الإطراء، يسهم في إحداث تغييرات كبيرة في سلوكهم، ويزيل عنهم صفتي التمرد وعدم الامتثال.

فكرة رئيسة:

ينزع من يشعرون بالتقدير من الأطفال، على الأرجح، إلى إظهار ما هو إيجابي من السلوك على الصعيد الاجتماعي.

الانخراط في اللعب المشترك:

يمكن لمعظم الأطفال، ممن يبلغون الخامسة، الانخراط في اللعب المشترك مع أقرانهم. إن بلغ طفلك الخامسة أو ما يزيد، وعجز عن اللعب مع أقرانه دون إثارة المشكلات، فيتعين عليك تعليمه مهارة بناء العلاقات الثالثة هذه.

لم تعد وظيفتك تقتصر، فيما يتعلق بذلك الصدد، على مجرد توصيف سلوك طفلك وإطرائه من وقت لآخر؛ بل المشاركة الفعلية فيما يمارسه من أنشطة. يسير اللعب المشترك على أكمل وجه حين تنتقي ما هو جديد من الأنشطة لطفلك. سيظن الأخير، إن لم تفعل، أنك تقتحم منطقته. سيكون من المفيد كذلك أن تتطلب الأنشطة الجديدة أكثر من شخص لأدائها، وتستلزم كثيراً من العمل. يمثل تركيب نموذج طائرة صغيرة، على سبيل المثال، ما هو جيد من أنشطة اللعب المشترك، لأنه يتطلب أكثر من شخص واحد لإلصاق تلك القطع.

لا تتجسد الغاية، عند القيام بذلك، في إنجاز العمل على الوجه الأمثل؛ بل في الاستمتاع بأدائه مع طفلك. لا تمارس دور الموجه، بما يوحي بأنك تلم بما هو أفضل من الوسائل

لإنجاز النشاط المشترك، لأن الطفل لن يصغي إلى توجيهاتك، ولن يقدر نصيحتك. سيرى في ذلك محاولة للسيطرة على سلوكه، وإظهاره بمظهر الجاهل. إن أخفق طفلك في بناء منزل المكعبات، على سبيل المثال، فلا تعمدن إلى توجيهه. سيتمثل أسوأ ما يمكن أن يحدث في انهيار المنزل. إن حدثت تلك «الكارثة» بالفعل، فيمكن أن تخاطبه قائلاً: «يا إلهي، كان ذلك مثيرا، فلنقم ببناء منزل آخر». سيدفع ذلك الطفل إلى الاستجابة بالقدر ذاته من الحماسة، على النقيض مما يمكن أن يحدث لو أعطيته التوجيهات، التي لن تسهم إلا في إشعاره بالاستياء، وتدفعه لترك العمل.

لا يهم على الإطلاق ما ينجزه الطفل أثناء أداء النشاط المشترك برفقتك؛ بل ما يمكنك فعله لأداء دور الوالد الحيادي الداعم. لا تعمدن إلى إعطاء التوجيهات، مجدداً؛ لأن الغاية الوحيدة تتمثل في تعليم طفلك أن مشاركة الآخرين يمكن أن تتسم بالكثير من المتعة.

تبادل الأدوار:

يجسد تبادل الأدوار مهارة بناء العلاقات الرابعة. يمكن للأطفال، ممن يبلغون السادسة، أن يتعلموا كيفية القيام بذلك. إن بلغ طفلك السادسة أو ما يزيد، وعجز عن المشاركة فيما يتطلب تبادل الأدوار من الأنشطة، فيجدر بك تعليمه تلك المهارة.

يتم تعليم تبادل الأدوار، على الوجه الأمثل، عبر القيام بما يتسم بالقدر الأكبر من المتعة إن مورس من قبل اثنين من الأشخاص. يمثل نفخ الفقاعات، لمن يبلغون الخامسة من الأطفال، على سبيل المثال، ما هو جيد من الأنشطة التي تتطلب تبادل الأدوار، حيث يقوم الوالد بنفخ عدد من الفقاعات، قبل مطالبة الطفل بفرقعتها، ليتبادلا الأدوار، فيما بعد، حين يلحظ الوالد تململ الطفل، قائلاً: «فلنبدل الأدوار، ستنفخ خمس فقاعات وسأقوم بفرقعتها». يمثل تسديد الكرة إلى السلة، لمن يزيدون في العمر من الأطفال، على حد سواء، ما هو مفيد من الأنشطة التبادلية.

تتجسد غاية تبادل الأدوار في تعليم الطفل أن بإمكانه التخلي عن السيطرة، بصورة مؤقتة، قبل العودة لتوليها، كما يحدث عند تسديد الكرة إلى السلة، حيث يعمد الطفل إلى متابعتك مدة من الزمن، قبل أن يعمل على التسديد بنفسه.

يتردد الأطفال المتمردون، في بادئ الأمر، في التخلي عن السيطرة، ويمكن أن يقرأ الشك في عيونهم. يسهم توضيح عملية تبادل السيطرة بصورة مسبقة، مع ذلك، في اندماجهم في تلك العملية. يتعين، بكل الأحوال، ألّا تتسم الأنشطة التبادلية بالتنافسية، في تلك المرحلة من بناء العلاقات -كم يحدث، على سبيل المثال، حين يبدأ أحد الطرفين باحتساب ما سجل من نقاط في السلة- بالنظر إلى أن معظم الأطفال المتمردين يرون القوة في الفوز، والضعف في الخسارة.

ممارسة الألعاب التنافسية

تتجسد مهارة بناء العلاقات الأخيرة التي يستفيد منها الأطفال المتمردون، ممن يبلغون سبعة أعوام أو ما يزيد، في ممارسة الألعاب التنافسية، والتمتع بذلك، بغض النظر عن نتيجتها. لا يتسم ذلك بالسهولة، بالنظر إلى تأثر الراشدين أنفسهم بالربح أو الخسارة في بعض الأحيان -عبر اتهام الآخرين بالغش، أو مغادرة الملعب غاضبين- فما سيكون عليه الحال إذاً فيما يتعلق بالأطفال؟

تصعب ممارسة الألعاب التنافسية على الأطفال المتمردين، لأنهم يرون الضعف في الخسارة، مما يجعلهم راغبين في الفوز بأي ثمن.

تتمثل أفضل السبل لتعليم تلك المهارة في استخدام طاولة النرد، التي يعتمد الفوز فيها على الحظ بشكل كامل. يخدم الأخير الوالدين، في بعض الأحيان، ليتمثل أسوأ ما يمكن أن يفعلوه في الغش لترجيح كفة أولادهم، مما يشجع الأخيرين على الغش بدورهم. تسهم الخسارة المتعمدة، على حد سواء، في ترسيخ القناعة لدى الطفل بأن غاية اللعبة تتمثل في الربح. لا يجسد ذلك واقع الحال، لأن الغاية الحقيقية تتمثل في تمضية الوقت مع طفلك، والتمتع بما تفعلان معاً. يساعد إضفاء المرح على الألعاب التنافسية في ترسيخ تلك الفكرة في مخيلة الأطفال.

تمثيل قدوة حسنة: لا يتسم تعليم الطفل المتمرد كيفية ممارسة الألعاب التنافسية بالسهولة. تزداد إمكانية خسارته، في المقام الأول، في تلك الألعاب. إن حدث ذلك بالفعل، فسيتسم رد فعله الأولي بكثير من الغضب. ومن ثمَّ يتعين عليك أن تشارك طفلك اللعب برفقة راشد آخر. يسهم ذلك في التخفيف من حدة المنافسة الثنائية، ويمكن الطرفين

الراشدين من العمل بصورة مشتركة لتمثيل قدوة حسنة للطفل، فيما يتعلق بالتعامل مع الخسارة، كما يحدث حين يخسر الأب أمام الأم، على سبيل المثال، ويقر بذلك، قبل أن يحذرها، بما يتسم بالفكاهة، أنه سيثأر لهزيمته في اللعبة القادمة.

التنبؤ: يمكن أن يحدث ما هو سيئ من الأمور للطفل أثناء ممارسة الألعاب التنافسية. يمكنك، في العديد من الأحيان، التنبؤ بحدوث ذلك. إن أحست الأم بأنها ستربح في الخطوة الآتية، فيجدر بها إخبار الطفل بذلك، وسؤاله عما سيفعل بالمقابل. إن افتقر الأخير للإجابة المناسبة، فيمكن أن يتدخل الأب لإخباره بإمكانية خسارته، والتعويض عن ذلك بقوة في اللعبة المقبلة. إن خسر الطفل كما أخبره الوالدان بالفعل، واستجاب لذلك بصورة إيجابية، فيمكن أن يمنحهما الفرصة للثناء عليه. إن تمكن الطفل، إضافة إلى ذلك، من الإجابة بصورة حسنة عن سؤال الأم المتعلق بما سيفعل حال خسارته، فإن ذلك سيمكنه من التعامل بصورة مناسبة مع الخسارة عند وقوعها.

عمدت الأم، في المثال السابق، إلى إعلام الطفل بإمكانية خسارته في اللعب، بينما حرص الأب على إرشاده إلى كيفية الاستجابة لتلك الخسارة حال وقوعها. ومن ثمَّ سيأخذ الطفل في إدراك تلميحات الأم حول إمكانية تعرضه للخسارة، إضافة إلى توجيه الأب غير المباشر حول الاستجابة لتلك الخسارة. سيملك الطفل، حين يدرك أنك تحرص على إخباره بإمكانية حدوث الأمور السيئة، وكيفية الاستجابة لذلك، الأسباب الكافية لمنعه من التمرد، والبدء في الإنصات. يمكن أن تدرك أن الطفل ينصت إليك، حين تتنبأ بإمكانية حدوث الأمور السيئة، استناداً إلى ما يظهره، عبر توظيف تلك التنبيهات، من سلوك اجتماعي ملائم.

إرشادات حول تعليم مهارات بناء العلاقات:

يتعين عليك، عند تعليم مهارات بناء العلاقات الخمس، القيام بالآتي:

- التنبه إلى الاستجابات غير اللفظية البادية على طفلك، كتشنج العضلات، والعض على الأسنان، والتململ، واحمرار الوجه، وغير ذلك مما يدل على الاستياء والتوتر.

- عدم الاستجابة للاستجابات اللفظية وغير اللفظية التي يبديها طفلك عند شعوره بالاستياء.
- التنبؤ بالعواقب السيئة لمساعدة طفلك في الاستجابة بطريقة مناسبة.

يلقى العديد من الآباء، في بادئ الأمر، استناداً إلى خبرتنا العلاجية، الكثير من المشقة في تعليم أطفالهم مهارات بناء العلاقات الخمس تلك، بالنظر إلى ما يبدونه من استجابات غير لفظية لسلوك أطفالهم. يرغب الآباء بشدة في دفع أطفالهم إلى تقبل التوصيف والإطراء، بحيث يبدو الإحباط جليا على ملامحهم حين يخفق أطفالهم في تحقيق تلك الغاية. يشعر الأطفال المتمردون بكثير من الغضب حين يلحظون علامات الإحباط تلك على ذويهم.

يتعين عليك عند تعليم مهارات بناء العلاقات تلك، العمل على كبت ما يظهر إحباطك من استجابات غير لفظية. لا يتسم ذلك بالسهولة في الحقيقة. يمكن أن تستعين بصديقك، على سبيل المثال، لمراقبة استجاباتك غير اللفظية، وإخبارك بما تحققه من تقدم على صعيد كبتها.

خاتمة:

تتسم المهارتان الأولى والثانية لبناء العلاقات بكثير من الأهمية. يتعين على جميع الأطفال تعلم الكيفية المتمثلة في تقبل ما توصف به أعمالهم -بما يعني تقبل اهتمام آبائهم- وما يلقونه من إطراء، بالنظر إلى ما يسهم به ذلك من تعزيز ملموس لعلاقتهم بآبائهم. سبق لنا التعامل في عيادتنا، في الواقع، مع العديد من الأطفال المتمردين إلى أبعد الحدود، لتسهم المهارتان السابقتان، بما يدعو للدهشة، في تخليصهم مما يتسمون به من تمرد.

تطبيقات

يصعب تطوير العلاقات السليمة مع من يتسمون بالتمرد وعدم الامتثال من الأطفال، فضلاً عن الحفاظ على تلك العلاقات، ولكن ذلك ضروري إلى أبعد الحدود.

1. يجدر بك البدء بتحسين علاقتك بطفلك عبر الإلمام، بصورة أكبر، بطبيعة ما يحدث من تفاعلات بينكما. يتم القيام بذلك عبر إحاطة معصمك بسوار ورقي بطول بوصتين. قسم السوار الورقي إلى قسمين، بما يكفل تسجيل الاستجابات السلبية والإيجابية. اختر المدة الزمنية، من اليوم، التي تتفاعل بالقدر الأكبر مع طفلك أثناءها، واعمد إلى تسجيل ما يصدر من استجاباتك السلبية والإيجابية لسلوكه.

يسهم ذلك في إعطاء فكرة مقبولة عن طبيعة التفاعلات الحادثة مع طفلك، ولكن مصداقيتك يمكن أن تخضع للتشكيك فيما يتعلق بتسجيل استجاباتك. يفضل، في تلك الحالة، بغية الحصول على تقويم أكثر موضوعية لعلاقتك بطفلك، أن تستعين بزوجك أو أصدقائك لتسجيل ما يصدر عنك من استجابات. يمكن، بغية توخي قدر أكبر من الموضوعية، أن تسجل زوجك أو الأصدقاء استجاباتك حين لا تدرك قيامهم بذلك. اعمل على تفحص النتائج عند انتهاء المدة الزمنية المحددة. يجدر بنسبة الاستجابات الإيجابية إلى السلبية أن تبلغ خمسة إلى واحد، على أقل تقدير.

يعمد الأطفال المتمردون بشدة، في العديد من الأحيان، إلى الاستجابة بشكل سلبي، أو بالكثير من الغضب، حين يسعى الأهل للتفاعل معهم، وإن أبدى الأخيرون ما هو معتدل من الاستجابات. صممت الأنشطة الآتية لمساعدة طفلك في تقبل التوصيف والإطراء من قبل البالغين، بما يمثل شرطاً أساسياً لتعزيز التفاعلات بين الوالد والطفل.

2. ضع قائمة باهتمامات طفلك، وهواياته، وغير ذلك مما يجيد القيام به، بما يشمل توقعاتك، كالتوجه للفراش بهدوء، أو المساعدة في تفريغ أكياس البقالة.

________________ ________________

________________ ________________

________________ ________________

3. اعمل، طوال أسبوع واحد، على إيجاد خمس من الوسائل للإقرار بمنجزات طفلك في تلك المجالات، دون إطرائه بصورة مباشرة. يمكن، على سبيل المثال، أن تتحدث عن تلك المنجزات إلى زوجك، أثناء وجود الطفل، أو تخبر بها جده بالهاتف، أو تعرض أياً من النماذج التي قام بتركيبها، أو تعلق أياً من رسومه المدرسية على الثلاجة.

4. هل يصبح طفلك متمرداً، في بعض الأحيان، حين تسعى للتفاعل معه؟

_____ نعم _____ لا

إن اخترت الإجابة بنعم، ففكر في واحد من الأنشطة التي يستمتع بها طفلك، وتمنحك الفرصة لمتابعته، وتوصيف سلوكه أثناءها، كما يحدث، على سبيل المثال، حين تخاطبه قائلاً: «تلون الدراجة باللون الأحمر»، حيث توصف سلوكاً واحداً، لا أكثر، في كل من الأوقات. سيدرك الطفل في حينه أنك تراقبه باهتمام.

5. اعمد إلى مراقبة طفلك، أثناء مدد تتراوح بين ثانيتين وأربع ثوان، إضافة إلى توصيف سلوكه، بينما يمارس أيا من الأنشطة، قبل أن تنجز التمرين الآتي:

وصفت سلوك طفلي قائلاً: «_____________________».

استجاب طفلي إلى التوصيف بصورة سلبية، عبر (ضع إشارة عند الاستجابات الحادثة):

_____ عدم متابعة النشاط.

_____ التوقف مدة قصيرة.

_____ العبوس، وإظهار التوتر.

_____ الشحوب أو احمرار الوجه.

_____ تشنج عضلات الذراع.

_____ التحديق بغضب في عينيك.

_____ تجنب التواصل البصري.

_____ إصدار تعليق سلبي، «كاذهب بعيداً».

_____ إفساد النشاط بصورة أو بأخرى.

استجاب طفلي بصورة إيجابية، عبر (ضع إشارة عند الاستجابات الحادثة):

_____ التبسم.

_____ متابعة النشاط بلا توقف.

_____ إصدار تعليق إيجابي.

_____ التماس التواصل البصري.

تتمثل الغاية في امتلاكك القدرة على وصف نمطين من السلوك، أثناء عشر دقائق، دون التسبب فيما هو سلبي من استجابات طفلك.

6. يمكنك الإطراء على طفلك، بعد أن يتقبل توصيف سلوكه. هل يتقبل طفلك الإطراء؟

_____ نعم _____ لا

إن اخترت الإجابة بلا، ففكر فيما يمكن أن يمنحك الفرصة لإطراء طفلك من الأنشطة. يمكن أن تخاطبه، على سبيل المثال، قائلاً: «تبلي حسناً في تلوين الفراغات»، أو «أحب طريقة تنظيفك أسنانك». يتعين أن يتسم إطراؤك بالصدق، فاحرص على القيام به في الوقت المناسب.

أثنِ على طفلك، حين يبلي حسناً في أي من الأنشطة، قبل أن تنجز التمرين الآتي:

أطريت طفلي قائلاً: «_____________________».

استجاب طفلي بصورة سلبية، عبر (ضع إشارة عند الاستجابات الحادثة):

_____ عدم متابعة النشاط.

_____ التوقف مدة قصيرة.

_____ العبوس، وإظهار التوتر.

_____ الشحوب أو احمرار الوجه.

_____ التحديق بغضب في عينيك.

_____ تجنب التواصل البصري.

_____ إصدار تعليق سلبي، «كاذهب بعيداً».

_____ إفساد النشاط بصورة أو بأخرى.

استجاب طفلي بصورة إيجابية، عبر (ضع إشارة عند الاستجابات الحادثة):

_____ التبسم.

_____ متابعة النشاط بلا توقف.

_____ التماس التواصل البصري.

ــــــــ إصدار تعليق إيجابي بغية إطالة أمد التفاعل.

تتمثل الغاية في امتلاكك القدرة على إطراء ثلاثة من أنماط السلوك، أثناء ساعة من الزمن، دون التسبب فيما هو سلبي من استجابات طفلك. ابتعد عن الأخير، بكل الأحوال، عند ظهور أولى العلامات على تلك الاستجابات. عد إلى توصيف سلوك طفلك، حين تهم بإصدار الاستجابة المقبلة لسلوكه، وابق على تلك الحال حتى يظهر القبول.

لا تحبطن من جراء القيام بذلك. يمكن أن يستلزم نجاحك في توصيف سلوك طفلك وإطرائه بعضاً من الوقت، فضلاً عن تقبل طفلك كليهما.

4

توقف عن قول «توقف عن ذلك!».

يقوم الطفل المتمرد على الدوام، كما تبدو عليه الحال، بما لا يجدر القيام به، ليصرخ والداه، في العديد من الأحيان، قائلين: «توقف عن ذلك!». لا تثمر تلك العبارة شيئاً، في معظم الأحيان، إن لم تزد من إصرار الطفل على مواصلة سلوكه السلبي بقوة أكبر. يمكن أن يتم التعبير عن عبارة «توقف عن ذلك» بصيغ أخرى -«كتصرف وفق سنك!»، أو «هذا يكفي!»- دون أن يجدي أي منها، لسوء الحظ، فيما يتعلق بالتعامل مع المتمردين من الأطفال.

«روس، توقف عن ذلك!».

امتلك روس القدرة على التسلق، حين كان في الثالثة من العمر، فضلاً عن القفز و«التشقلب كالبهلوان»، ليتمكن، حين بلغ الرابعة، من التشقلب بصورة كاملة في الهواء، انطلاقا من سريره، إضافة إلى تسلق مائدة المطبخ والثلاجة.

اعتاد روس، حين بلغ الخامسة من العمر، تسلق خزانة كتب والده المرتفعة، وصولا إلى قمتها، ليقفز إلى الأريكة، ويتشقلب في الهواء انطلاقاً منها، قبل أن يهبط على الأرض، ويعيد الكرة مجددًا.

توقفت السيدة غرايمز عن الطهو للتحقق من صوت الارتطام المرتفع، المتكرر بين الفينة والأخرى. توجهت إلى غرفة المعيشة، لترى روس يحاول تسلق الخزانة، قبل أن تصرخ فيه قائلة: «توقف عن ذلك!»، ليتابع التسلق بسرعة

أكبر. شعرت السيدة غرايمز بالخوف، فيما بعد، حين بلغ روس القمة، لتطالبه بالنزول. لم يكترث الطفل لنداء أمه، ليقفز من الخزانة إلى الأريكة، و«يتشقلب» في الهواء. جرى الطفل في الممر، فيما بعد، حين أخذت أمه تطارده.

لم تفلح عبارة «توقف عن ذلك»، أو نداءات الأم الخائفة، المشحونة بالعواطف، في كبح جماح طفلها، بالنظر إلى تردي علاقتهما. يظهر ذلك الحاجة إلى تجنب قول تلك العبارة، بغية تعزيز العلاقة بين الوالد والطفل، التي تسهم بالقدر الأكبر في الحد من تمرد الأخير وعدم امتثاله.

فكرة رئيسة:

تضعف عبارة «توقف عن ذلك» من علاقة الوالد والطفل.

طريقتان للتوقف عن قول: «توقف عن ذلك!».

1. التحكم بانفعالك:

تتمثل إحدى الطرائق، للتوقف عن قول: «توقف عن ذلك!»، في التحكم بانفعالك. يعمد طفلك، على وجه الاحتمال، للقيام بما هو سيئ من التصرفات من وقت لآخر، كإلقاء معطفه على الأرض عوضاً عن تعليقه. يمكن أن يثير ذلك غضبك إلى أبعد الحدود، ولكنه لا يؤذي أحداً، في نهاية المطاف، أو ينذر بتحطيم أي من أغراض المنزل؛ بل يمثل ما هو مزعج من السلوك لا أكثر. لا يجدر بك اللجوء إلى المعاقبة لإيقاف ذلك السلوك، كيلا تفقد رصيدك، الذي كددت في تحصيله، في مصرف طفلك. يتعين عليك إن عمد طفلك إلى طقطقة أصابعه في غرفة المعيشة، أو مضايقة أخته المراهقة عبر تقليدها حين تضع أحمر الشفاه، أن تكبح نفسك عن مطالبته «بالتوقف عن ذلك، لأنك تقرأ الجريدة»، أو «ترك أخته وشأنها»، بالنظر إلى ما تمثله تلك التصرفات من أمور سخيفة، يقوم بها الأطفال كافة، مما يسمح بتجاهلها لحظة وقوعها. يمكن، إضافة إلى ذلك، أن يعمد الأخيرون إلى استفزازك عبر القيام بتلك الأمور، فلا تسمح لهم بذلك. إن أحجمت عن الاستجابة لما يفعله طفلك من أمور مزعجة، فستدهش لسرعة زوالها[42].

يبدي معظم الأطفال، بكل الأحوال، واحداً أو اثنين من أنماط السلوك السلبية المزعجة التي يعجز الأب والأم عن تجاهلها. إن مثل ذلك واقع الحال فيما يتعلق بطفلك، فستشعر، على الأرجح، برغبة شديدة في الرد على سلوكه. كيف يمكن لك القيام بذلك، بكل الأحوال، دون اللجوء إلى عبارة «توقف عن ذلك»؟

تتمثل إحدى الطرائق المفيدة، للاستجابة إلى السلوكيات السلبية المزعجة، في ضرب الأمثلة عما ترغب في تبنيه من أنماط السلوك، كما يحدث، على سبيل المثال، حين يطالب طفلك، البالغ سبعة أعوام، شقيقه، بما يفتقر إلى اللباقة، بتمرير طبق البطاطا المهروسة. لا يجدر بطفلك فعل ذلك، ولكنه يجهل آداب المائدة، بكل بساطة. يحتاج الطفل إلى تعلم تلك الآداب. تتمثل إحدى الطرائق المناسبة، فيما يتعلق بذلك الصدد، في ضرب الأمثلة. يجدر بك أن تتجاهل فعلته، ثم تنتظر بضع دقائق، قبل أن تخاطبه قائلاً: «مرر لي طبق البطاطا المهروسة من فضلك». سيتلقى الطفل الرسالة في حينه، ويتعلم الدرس بما يحفظ كرامته، ولن يطول الأمر حتى تسمعه قائلاً: «مرر لي الخبز من فضلك».

لنكن واقعيين بكل الأحوال. تستلزم الطريقة السابقة كثيراً من الوقت، مع إيجابيتها فيما يتعلق بتعليم الأطفال أنماط السلوك المناسبة. لا تتوقّعن أن يستجيب طفلك منذ المرة الأولى، حين تضرب الأمثلة على أنماط السلوك الصحيحة، بالنظر إلى ما تحتاجه تلك الطريقة من وقت لإحداث الأثر المطلوب.

2. التجاهل وإعادة التوجيه:

لا يمكن، بالتأكيد، تجاهل بعض أنماط السلوك التي يمكن أن تسبب الأذى للآخرين، أو توقع الأضرار بالممتلكات، أو تحرم الآخرين من حقهم في التمتع بالحياة داخل المنزل.

تعجز عبارة «توقف عن ذلك!»، بكل الأحوال، عن ردع الطفل المتمرد عن تبني أنماط السلوك الخطيرة تلك، في معظم الأحيان، مما يلزمك بتجربة الطريقة المتمثلة في التجاهل وإعادة التوجيه.

التجاهل: لا يعني التجاهل، في هذا السياق، التغاضي عما يحدث؛ بل عدم الاستجابة له بصورة عاطفية، والحفاظ على رباطة جأشك بينما تعيد توجيه طفلك.

يتسم التجاهل بالبساطة، كما تبدو عليه الحال، ولكنه يعد عسيراً جداً فيما يتعلق بسلوك طفلك السلبي. ستعمد، على الأرجح، دون قصد، حين يرتكب طفلك الأخطاء، أو يعجز عن القيام بالأمور الصائبة، إلى إصدار ما يعبر عن استيائك من ردود الأفعال غير اللفظية، بما يشمل تقطيب الحاجبين، والعض على الأسنان والشفتين. يمكن للمتمردين من الأطفال التقاط أبسط ما تظهره من علامات الاستياء، ليواصلوا الفعل السلبي، الذي ترغب في إيقافه، بقوة أكبر. إن لم تكبح مشاعرك وعجزت عن إخفائها، فسيلحظ طفلك استياءك، ويصعد من سلوكه السلبي، مما يفقدك الفرصة لإعادة توجيهه.

يجدر بك كبح أي من انفعالاتك العاطفية، بغض النظر عما تتسم به من بساطة، حين تتجاهل طفلك. يتطلب ذلك كثيراً من التدريب في الحقيقة. فكر في أي من الأفعال السلبية التي يقوم بها طفلك، مما يمكن أن يؤذي الآخرين أو يضر بالممتلكات. ما الوسائل غير اللفظية، التي تعبر بها عن استيائك، عند حدوث ذلك؟، هل تعض على شفتيك؟، هل تعبس في وجه طفلك؟، هل تهز كتفيك؟. يتعين عليك كبح أي من العلامات الدالة على استيائك، بغض النظر عن ماهيتها.

فكرة رئيسة:

إن استشعر طفلك عدم رضاك عما يفعل، ولحظ استياءك، فلن يقبل إعادة توجيهه من قبلك.

إعادة التوجيه: يمكن للوالدين، عقب السيطرة على انفعالاتهم، إعادة توجيه سلوك أطفالهم عبر ثلاث من الطرائق:

طريقة إعادة التوجيه الأولى: إعطاء الأمر «ألفا»: يعرف الأمر «ألفا» بتوجيه صريح مقتضب لما هو محدد من أنماط السلوك المناسبة[43]. لا يستلزم الأمر «ألفا»، حين يعطى في موضعه الصحيح، أكثر من المطالبة بفعل واحد، يمكن ملاحظته بوضوح، بحيث يعلم الجميع، بمن فيهم الطفل، قيام الأخير بتنفيذ ذلك الفعل. يتطلب الأمر «ألفا»، إضافة إلى ذلك، ما هو متعارض مع السلوك السلبي من الاستجابات، وما يرجح أن ينفذه الطفل من الأفعال.

تخيل، على سبيل المثال، طفلاً في العاشرة من العمر، يعمد إلى رمي كرة البيسبول، عبر الغرفة، إلى الأريكة في غرفة المعيشة، بما ينذر بتحطيم أغراضها، ليبادر والده إلى التدخل. لن يستفيد الأخير إن طالبه «بالتوقف عن ذلك»؛ بل يجدر به مخاطبته، بهدوء، قائلاً: «أحضر قفازي من الصندوق، في المرأب، لألعب معك في الخارج».

يمثل ذلك أحد أوامر «ألفا»؛ لأن الوالد طالب بفعل واحد -أحضر قفازي- يمكن ملاحظته بوضوح، فضلاً عما يدعو إليه من أنماط السلوك المناسبة. أُعطيَ ذلك الأمر في موضعه الصحيح، إضافة إلى ذلك، لأن قيام الطفل بإحضار القفاز سيعني توقفه عن إلقاء الكرة إلى الأريكة، لعجزه عن القيام بالأمرين في الوقت ذاته.

يمكن أن يتملكك العجب في هذه اللحظة، وتتساءل في قرارة نفسك، قائلاً: «يقوم الطفل بما هو فظيع من الأمور، ليعطيه الوالد أمر «ألفا»، بغية إحضار القفاز، واللهو برفقته؟!». نعم، لأن غايتك تتمثل في مقاطعة الفعل السلبي بما يمكنك من سرعة. هل يتعين توجيه الطفل إلى عدم رمي كرة البيسبول داخل المنزل؟، بالتأكيد، ولكن لا يمكن القيام بذلك في حينه؛ بل في وقت لاحق، حين يكون الوالد هادئاً، والطفل مهيأ للاستماع.

> **فكرة رئيسة:**
>
> لا يستجيب الأطفال المتمردون إلى ما يعطى بصورة قاسية، ويتطلب الكثير، من أوامر ألفا.

لا يتملكنك العجب إن علمت بوجود أوامر «بيتا» على حد سواء. تعرف الأخيرة، بصورة رئيسة، بأنها ليست أوامر «ألفا». يمكن أن تقع في شَرَكِ إعطاء أوامر «بيتا» عبر عدد من الطرائق الشائعة. هاك بعضاً منها:

- طرح الأسئلة: «هل ترغب في إحضار قفازي كي نتمكن من اللعب في الخارج؟».

لا يجدر بك سؤال الطفل حين يهم برمي الكرة في غرفة المعيشة. ما سيحدث لو شعر أنك تمنحه الخيار، عبر ذلك السؤال، وأجاب بالرفض؟

يتعين عليك عدم طرح الأسئلة، وتوجيه الأمر بصورة مباشرة، «أحضر قفازي».

- إعطاء أكثر من أمر «ألفا» واحد: «أعطني الكرة، أعد لعبتك إلى مكانها، واذهب لتنظيف أسنانك».

يجدر بك تجنب القيام بذلك، كيلا تحرف انتباه الطفل عن الفعل المحدد الذي ترغب في حدوثه في تلك اللحظة.

- إصدار ما هو مبهم، غير محدد، من الأوامر: «نظف هذه الفوضى».

يعلم الآباء بدقة ما تعنيه تلك العبارة، بالنقيض من الطفل. يجدر بك إعطاء ما هو محدد، ويتسم بالوضوح، من أوامر «ألفا»، على النحو الآتي: «ضع صحنك في غسالة الأطباق».

يتطلب إعطاء ما هو مناسب من أوامر «ألفا» كثيراً من التدريب، فضلاً عن امتثال الأطفال لها. يمكن أن يتم القيام بذلك، على أكمل وجه، عبر أداء الأدوار، حيث تناسب لعبة «يقول سايمون» من يقلون عن سن الثامنة من الأطفال. تتسم معظم أوامر «ألفا» بالسخافة، في سياق تلك اللعبة، مما يضفي المرح عليها. يمكن أن تقول لطفلك، بذلك الصدد، على سبيل المثال: «يقول سايمون: قم بالشقلبة».

لا يفتقر الأمر السابق إلى الجدية، على الرغم مما يَسِمُه من بساطة، بالنظر إلى ما يضعه من أسس لعلاقة الأمر والامتثال، فضلاً عن تعليم الطفل أن الاستجابة لأوامرك تمنحه التقدير. يمكن أن تستغل انخراط الطفل في اللعبة، بكل ما يسمها من مرح، على حد سواء، لحث الطفل على القيام بمهام لاحقة، كما يحدث، على سبيل المثال، حين تخاطبه قائلاً: «يقول سايمون: نظِّف أسنانك، أو اجلس على الكرسي، أو ضع صحنك في حوض التنظيف».

تمنح لعبة «يقول سايمون»، إضافة إلى ذلك، الفرصة لكل من الوالد والطفل لتبادل الأدوار، الذي يمثل إحدى مهارات بناء العلاقات. سيؤدي طفلك دور سايمون بين الفينة والأخرى، ومن ثمَّ سيتعين عليك الامتثال لأوامره.

لا تصلح تلك اللعبة، على الأرجح، لمن يتجاوزون سن الثامنة من الأطفال. يجدر بك، عوضاً عن ذلك، التحدث إلى طفلك حول الأسباب الكامنة في عدم قبول بعض أنماط السلوك داخل المنزل، وكيفية مساعدته في تجنبها. تم تحقيق ذلك، في منزل عائلة جونسون، عبر الحوار الآتي:

تهيئة جمال لتقبل أمر ألفا

خاطبت السيدة جونسون ولدها البالغ عشر سنوات، في إحدى الأمسيات الهادئة، قائلة: «جمال، أود التحدث إليك حول بعض الأمور التي يجب عدم القيام بها في منزلنا، كأن أصاب بالغضب، على سبيل المثال، وأرمي بالأغراض عبر الغرفة بالنتيجة. هل يبدو ذلك صحيحاً في نظرك؟».

«لا!، يمكن أن تتسببي في تحطيم شيء ما».

«أوافقك الرأي، لا يجدر بي رمي الأغراض، ولا يجدر بالغضب، بحسب اعتقادي، أن يتملك أياً من أفراد العائلة بحيث يرمي الأغراض في المنزل. هل توافقني الرأي؟».

أجاب جمال بالإيجاب، شاعراً بالخجل لقيامه بذلك في بعض الأحيان.

عقبت الأم قائلة: «يعلم كل منا أنك تشعر بالغضب، في بعض الأحيان، وترمي الأغراض،. أتساءل، ومن ثمَّ عن كيفية مساعدتك. هل تملك أياً من المقترحات؟».

أجاب جمال بالنفي، بما لا يخلو من الانفعال.

«حسناً، يمكنني التنبؤ، في العادة، بغضبك. ماذا لو اقترحت قيامنا باللعب حين تشعر بالغضب؟. يمكن أن أقول، على سبيل المثال: «جمال، أحضر طاولة النرد لنلعب معاً»، فهل تعتقد أنك ستحضر الطاولة، لنلعب بعضاً من الوقت، وتهدأ ما إن ننهي اللعب؟».

«لنَرَ ما سيحدث».

يستلزم طفلك التدريب، كما يحدث عند تعلم المهارات الجديدة كلها، ليمتثل لما يتلقاه من أوامر. تتمثل أفضل الطرائق، للتدرب على تلك المهارات الجديدة، في أداء الأدوار. يتم ذلك، ببساطة، عبر قيامك والطفل بتمثيل موقف، يقوم الأخير فيه بما لا ترغب من السلوك، لتعطيه أمر «ألفا» بهدوء، بغية إعادة توجيهه. ينصاع الطفل للأمر، بالنتيجة، لتحتفلا معا بنجاحكما المشترك في منع ما ينتج من كوارث، في العادة، من جراء ذلك الموقف. يجدر بكما القيام بأداء الأدوار ثلاث مرات في حينه، على أقل تقدير، قبل متابعة القيام بذلك، بضع مرات، طوال الأسبوع أو الأسبوعين المقبلين.

طريقة إعادة التوجيه الثانية: توجيه الأسئلة: تسهم هذه الطريقة في إعادة توجيه الطفل المتمرد دون اللجوء إلى عبارة «توقف عن ذلك»، أو إصدار أوامر «ألفا»، عبر توجيه الأسئلة التي تلفت انتباه الطفل إلى سلوكه. تنجح هذه الطريقة بالنظر إلى أن الأطفال المتمردين لا يفكرون، في معظم الأحيان، فيما يقومون به من أفعال سلبية، أو ما ينتج عنها من عواقب.

فلنعد إلى المثال السابق مجدداً. لا يخطر على بال الطفل، بكل بساطة، إمكانية إصابة المصباح، فتحطيمه، عوضاً عن الأريكة، مما يرجح عدم قيامه بذلك، على الأرجح، لو تم تنبيهه بلباقة. تتسم الكلمة الأخيرة بكثير من الأهمية، ولا يمكن تنبيه الطفل بلباقة إلا عبر توجيه ما يدفعه للتفكير في سلوكه من الأسئلة، كأن يقول الوالد، على سبيل المثال: «أين تقع أفضل الأماكن للتمرن على الرمي؟».

سيدرك الطفل ما قصده الوالد، ويقبل توجيهه الضمني؛ لأن السؤال سيدفعه لتقويم العواقب المحتملة لسلوكه، بما يحفظ كرامته. لن ينعته أحد بالأحمق، في ذلك السياق، أو يملي عليه ما يقوم به. سينزع الطفل لتقبل ذلك التوجيه، إضافة إلى ذلك، لما يمنحه من حس بالسيطرة.

سيقر الوالد، بالطبع، بما يتخذه الطفل من قرارات صائبة، عقب توجيه السؤال إليه. يمكن للوالد، في تلك الحالة، أن يومئ برأسه، تعبيراً عما يشعر به من رضى، بينما يتوجه الطفل لإحضار قفاز اللعب.

طريقة إعادة التوجيه الثالثة: توفير الخيارات: تتمثل الطريقة الثالثة، لعدم قول: «توقف عن ذلك»، في منح الطفل الخيارات. تمنح الخيارات، على الدوام، بين اثنين من البدائل المقبولة. يمكن للوالد، في المثال السابق مجدداً، أن يعمد إلى إعادة توجيه طفله،

عبر منحه الخيارات، قائلاً: «هل تود الاتصال بصديقك كي يأتي للعب معك، أو تفضل أن نلعب معاً؟».

يفعل توفير الخيارات الأعاجيب بالطفل المتمرد، بالنظر إلى ما يمنحه من حس بالسيطرة. لن يملي عليه أحد ما يفعل في ذلك السياق؛ بل سيمتلك الحرية في اختيار ما يقوم به. يتسم امتلاك السيطرة بكثير من الأهمية للأطفال المتمردين.

فكرتان مهمتان:

تكتسب طرائق إعادة التوجيه تلك ما هو أكبر من الفاعلية والتأثير حين ينسجم إدراك الوالد، لتطور الطفل المبكر، مع أسلوب تربيته. تتمثل فكرتان مهمتان، فيما يتعلق بذلك الصدد، في السماح للأطفال باتخاذ قراراتهم الخاصة، وامتلاك ما هو مناسب من التوقعات لسنِّهم.

السماح للأطفال باتخاذ قراراتهم الخاصة:

يجدر بك السماح لطفلك باتخاذ العديد من قراراته الخاصة، والتعلم من ذلك عبر اختبار عواقبها[44]. يسهل دعم الأطفال، حين يتخذون ما هو صائب من القرارات، فضلاً عن السماح لهم باتخاذها، بينما يصعب التغاضي عما هو خاطئ من القرارات. يسعى الآباء، رغبة في حماية أطفالهم من عواقب قراراتهم الخاطئة، إلى تجاهل تلك القرارات، دون أن يدركوا ما يعتري ذلك من نقص. لن يسهم تجاهل قرارات طفلك إلا في زيادة غضبه وتمرده. يحرم الوالد الطفل، إضافة إلى ذلك، حين يمنعه من اتخاذ قراراته الخاصة، الفرصة لتحمل المسؤولية عما يقوم به من أفعال.

> **فكرة رئيسة:**
>
> يتعلم الأطفال مما يتخذونه من قرارات خاطئة.

العواقب الطبيعية:

تتمثل السبيل الأنسب لتعليم الأطفال كيفية اتخاذ القرارات الصائبة في السماح باختبار العواقب الطبيعية الناتجة عن قراراتهم الخاطئة، ومن ثمَّ يجدر بك الحرص على أن يختبر

طفلك عواقب ما يتخذه من قرارات. تؤدي معظم القرارات السيئة، في الواقع، إلى ما هو غير محمود من العواقب، ولكنها لا تبلغ حد الكارثية بكل الأحوال.

ساندرا تشعر بالبرد

وافق التاريخ الخامس عشر من تشرين الأول/ أكتوبر، لتجتاح أول موجة من البرد، أثناء العام، المدينة في تلك الليلة. همت ساندرا بمغادرة المنزل، صبيحة اليوم المقبل، للعب في باحته، دون ارتداء معطفها. أمسكت بها والدتها، بينما كانت تفتح الباب، لتخاطبها قائلة: «ارتدي معطفك، الجو بارد في الخارج».

عقبت الطفلة قائلة: «لا، لن أشعر بالبرد»، ل

تعقب والدتها قائلة: «لن تبرحي المنزل حتى ترتدي معطفك!». أذعنت الطفلة، بالنتيجة، لتتخلص من قبضة أمها وتغادر المنزل. نجحت الأم في حماية طفلتها من التعرض للبرد، ولكنها فقدت كثير من رصيدها في مصرف طفلتها، وحرمتها الفرصة لتحمل المسؤولية عما تتخذه من قرارات.

لو غادرت ساندرا المنزل دون ارتداء معطفها، لتمثلت العاقبة الطبيعية في شعورها بالبرد. لا يمثل ذلك أمراً جللاً، وقد كانت الطفلة ستعود إلى المنزل، في تلك الحالة، لارتداء معطفها.

أدرك توماس إديسون، في الماضي، أهمية التعلم من تجاربه. اصطحب المخترع العظيم، ذات يوم، أحد الزائرين المهمين في جولة داخل مخبره، ليطلعه على ما يحضٍّر من مشروعات، فضلاً عن اختراعاته الناجحة. خاطب أديسون زائره، بينما كان يريه المصباح الكهربائي، قائلاً: «يمثل المصباح الكهربائي أعقد اختراعاتي. حاولت عشرة آلاف مرة، قبل أن أنجح في إضاءته دون أن يحترق».

تملكت الدهشة الزائر، قائلاً: «يمثل ذلك عدداً هائلاً من الأخطاء».

عقب أديسون بحماسة، قائلاً: «لا!، لم أرتكب 9.999 آلاف خطأ؛ بل أجريت 9.999 آلاف تجربة للتعلم من أخطائي، قبل الوصول إلى القرار المناسب».

فكرة رئيسة:

اسمح للأطفال باتخاذ قراراتهم، واختبار ما ينتج عنها من عواقب.

يجدر بالوالدين الاقتداء بإديسون فيما يتعلق بتقدير القيمة التعليمية للعواقب الطبيعية. لو أفسحت الأم المجال لطفلتها لاختبار عواقب قرارها، لأدركت الأخيرة ضرورة ارتداء المعطف من تلقاء ذاتها، من جراء برودة الجو في الخارج، عوضاً عن الشعور بالتبعية لوالدتها، التي تظهر ما هو مفرط من السيطرة، والاستياء منها بالنتيجة.

لا يدرك بعض المختصين من معالجي السلوك، على حد سواء، أهمية تعلم الطفل من عواقب قراراته، كما حدث، على سبيل المثال، في البرنامج الشهير «ناني 911»، الذي يتمحور حول مربية أطفال إنجليزية محترفة، تذهب إلى منازل عائلات يخرج أطفالها عن نطاق السيطرة. تحلل المربية، في ذلك البرنامج، ديناميكيات سلوك الطفل، وعلاقته مع الوالدين، قبل أن تقدم الاقتراحات، والأمثلة، وتدرب الوالدين على كيفية تغيير سلوك الطفل السلبي. يقدم البرنامج كثيراً من الأفكار المفيدة لأهل الأطفال ذوي المشكلات السلوكية. لا تدرك المربية المحترفة، مع ذلك، القيمة المتمثلة في تعلم الطفل من عواقب قراراته.

يمكن الدلالة على ذلك عبر التوصية التي قدمتها المربية حول طفل يرفض على الدوام تناول ما تعده والدته من طعام على مائدة العشاء. أصرت المربية على أن يتناول الطفل ملعقة واحدة، على الأقل، من كل من أطباق المائدة، لترغمه على الجلوس في مواجهة الحائط، حين رفض الامتثال لأوامرها. لم فعلت المربية ذلك؟. لم يكن بالتأكيد نتيجة قلقها على صحة الطفل. لم يكن الأخير، ذو البنية الجسدية القوية، يفتقر إلى العناصر الغذائية والسعرات الحرارية المطلوبة، ومن ثمَّ لم تتمحور مطالبة المربية إلا حول السيطرة على الطفل. عمد الأخير إلى رفض مطلبها، قائلاً: «لا، لن أتناول الطعام»، لترد المربية بإصرار، قائلة: «بل ستفعل، سأرغمك على ذلك». لا يمثل ذلك إلا ما هو مؤسف من الصراعات حول السيطرة. لم يرفض الطفل تناول الطعام إلا لاستثارة عواطف والدته. لجأ الوالدان أخيراً، بناء على توصية المربية، إلى القوة الجسدية لفرض إرادتهما على الطفل، بما يجسد ما هو خطير من الأساليب مع الأطفال المتمردين، بالنظر إلى رفض الأخيرين التراجع في العديد

من الأحيان. رأيت حالات لجأ فيها الآباء إلى التهديد بمعاقبة الطفل لإرغامه على تناول الطعام، ليقاومهم الأخير إلى أبعد الحدود، مما دفعهم، في نهاية المطاف، إلى إسعافه إلى المستشفى من جراء فقدانه الوزن بما يهدد حياته.

لم يكن هناك من داع، في الحالة السابقة، للجوء المربية إلى أساليب المعاقبة بغية إرغام الطفل على تناول الطعام. كان بمقدور الوالدين التعامل مع تلك المشكلة عبر إيجاد الظروف الكفيلة بدفع الطفل إلى الاستجابة السليمة بصورة سلسة تلقائية. لم يكن يتعين عليهما إلا الحرص على قدوم الطفل جائعاً إلى مائدة العشاء، عبر إبعاد الأطعمة السريعة كلها من المطبخ، ودفع الطفل للقيام ببعض التمارين عقب عودته من المدرسة، كالذهاب مع شقيقه الأكبر، على سبيل المثال، في نزهة طويلة على الدراجات. لم يكن من شأن ذلك، بالتأكيد، سوى إثارة جوع الطفل إلى أبعد الحدود، حين يتوجه إلى مائدة العشاء، ليتناول بشراهة مما تحويه أطباقها مجتمعة، على وجه التقريب.

لنفترض، بكل الأحوال، بغية توضيح الصورة بالقدر الأكبر، أن الطفل المتمرد استمر في إصراره على رفض تناول العشاء. إن ترك الوالدان الطفل وشأنه، فسيختبر العاقبة الطبيعية لقراره. سيترك المائدة جائعاً، ولن يمثل ذلك أمراً جللاً. لن يلقى حتفه بالنتيجة، وسيهرع في الصباح، بالتأكيد، لتناول ما أعدت والدته على مائدة الإفطار.

فكرة رئيسة:

يجدر بك، عوضاً عن الدخول في صراع مع الطفل حول سلوكه، إيجاد ما يدفعه من الظروف إلى الاستجابة السليمة، التي تودها، بصورة سلسة تلقائية.

لا تعمد إلى الإنقاذ:

يعمد العديد من الآباء، بدافع من محبتهم، إلى إنقاذ أطفالهم، عبر منعهم من اختبار عواقب قراراتهم الخاطئة. يدرك الأخيرون ذلك، على وجه السرعة، ليوظفوه إلى أبعد الحدود. يدفع الطفل المتمرد والديه بمهارة إلى إرغامه على القيام بواجباته، ليوظف ذلك ضدهما، في تحميلهما المسؤولية عن تمرده، وتسويغ قراراته الخاطئة.

إنقاذ كودي

ينزع كودي، البالغ سبع سنوات، بصورة يومية، إلى مقاومة أمه فيما يتعلق بتهيئته للذهاب إلى المدرسة، عبر إطفاء المنبه والعودة إلى النوم، والصراخ والركل حين ترغمه أمه على مغادرة السرير. اعتاد الطفل الجري، فيما بعد، نحو غرفة المعيشة لمتابعة التلفاز، والتذمر وإثارة الجلبة حين تعمد أمه إلى إلباسه، بينما يستلقي على الأرض، ورفض نداءاتها لتناول الإفطار، لتضطر إلى جره بعيدا عن التلفاز وتثبيته في مقعده لتناول الإفطار، فضلاً عن دفعه، فيما بعد، إلى الحمام، لتنظيف أسنانه وتصفيف شعره، قبل وضع الحقيبة في يده، ودفعه خارج الباب لركوب الحافلة المدرسية.

اقترحت على والدة كودي السماح له باختبار عاقبة عدم التهيؤ للذهاب إلى المدرسة، لتسألني، بما لا يخلو من الشك، قائلة: «ما ستكونه تلك العاقبة؟».

«عدم الذهاب إلى المدرسة».

عقبتْ باستخفاف قائلة: «لن ينجح ذلك على الإطلاق!. يكره كودي المدرسة، ولا يروق له شيء كالبقاء في المنزل برفقتي طوال اليوم». أصرت الأم على موقفها، في بادئ الأمر، لأنجح في إقناعها بالمحاولة، بعد مزيد من النقاش.

فوت كودي الحافلة في اليوم الأول، بالطبع، وبقي في المنزل طوال اليوم، ليعمد إلى التهيؤ في صبيحة اليوم المقبل، ويراقب قدوم الحافلة من النافذة. مضت ست سنوات على تلك القصة، ولم ينقطع الطفل عن الذهاب إلى مدرسته منذ ذلك الحين.

ملاحظة مهمة:

توجد بعض الاستثناءات فيما يتعلق بإفساح المجال للطفل لاتخاذ القرارات واختبار عواقبها. لا يمكن السماح للطفل باتخاذ القرارات حين يمكن أن تسهم في إيذائه، أو إيذاء الآخرين، أو إيقاع الضرر بالممتلكات.

التوقعات الملائمة للسن:

نلحظ على وجه العموم، أثناء تعاملنا مع الأطفال المتمردين وذويهم، أن بعض الآباء ينزعون إلى رفع مستوى توقعاتهم فيما يتعلق بمهارات «الخدمة الذاتية» لأطفالهم، كما يحدث، على سبيل المثال، حين يتوقع الوالد من طفله، البالغ أربع سنوات، القدرة على سكب الطعام في صحنه، أو صب الحليب في كأسه. لا يمكن للأطفال، ممن يبلغون الرابعة، فعل ذلك. يمكن أن يتسبب رفع مستوى توقعات الوالدين، فيما يتعلق بذلك الصدد، في بروز اثنتين من المشكلات: الأولى، شعور الوالدين بالإحباط والغضب من جراء إخفاق الطفل. الثانية، شعور الطفل بالاستياء من جراء إخفاقه في بلوغ مستوى توقعات الوالدين.

يجدر بتوقعاتك أن تتسم بالواقعية فيما يتعلق بمهارات الخدمة الذاتية لطفلك. لا يمكن للأطفال، ممن يبلغون الثالثة، على سبيل المثال، أن يرتدوا ثيابهم بمفردهم؛ لأنهم يرتدون ما لا يتناسب من الجوارب، ويخفقون في ارتداء السراويلات المناسبة، فضلاً عن العجز عن ربط أنشوطات أحذيتهم. لا يمكن لمن يبلغون الرابعة، على حد سواء، سكب الطعام من الأوعية، أو صب السوائل من الزجاجات، بينما يعجز من يبلغون الخامسة عن ارتداء ما يناسب حالة الطقس من الثياب، وهكذا دواليك.

إن اعتراك الشك فيما يمكن توقعه من مهارات الخدمة الذاتية لطفلك، فالجأ لمشورة المختصين ومعلمي الحضانة فيما يتعلق بذلك الصدد.

خاتمة:

يجدر بك تجنب توبيخ طفلك، إن أردت تعزيز علاقتك به. تتمثل إحدى العبارات الشائعة بذلك الصدد في «توقف عن ذلك!». يمكنك اتباع أحد الأسلوبين الآتيين للتوقف عن قول تلك العبارة:

1. التحكم بانفعالك، بما يعني عدم الاستجابة لأنماط السلوك المزعجة.

2. تجاهل السلوك غير المقبول، بينما تعيد توجيهه، عبر:

- إعطاء أمر ألفا.
- توجيه الأسئلة.
- توفير الخيارات.

يمكن أن تتساءل في قرارة نفسك، في هذه اللحظة، قائلاً: «كيف يمكن لأي كان إعطاء تلك التوجيهات بهدوء، واسترخاء، ورباطة جأش، بينما يهم الطفل بالقيام بما يمكن أن يؤذي الآخرين، أو يوقع الضرر بالممتلكات؟» لا يجانب سؤالك الصواب. لا يمكن لأي منا القيام بتلك الاستجابات المذهلة حين توشك الكوارث على الحدوث، ولكن هل تمثل أنماط السلوك تلك ما لم يقم به طفلك من قبل؟. لا!، تعرف بالفعل ما يمكن أن يفعل طفلك لإيذاء الآخرين وتدمير الممتلكات، ومن ثمَّ يجدر بك التفكير، في كيفية الاستجابة في المرة المقبلة التي ترى فيها طفلك يقوم بتلك السلوكيات غير المقبولة. لا يتعين عليك سوى أداء الأدوار، كما دفعت طفلك للقيام بذلك، لإعادة توجيه كل من سلوكياته غير المقبولة.

تطبيقات

توجد ثلاث من الطرائق للتوقف عن قول عبارة «توقف عن ذلك!». تتمثل الأولى في تعيين ما يزعجك من أنماط سلوك الطفل، ويمكنك تجاهله بكل الأحوال.

1. ضع لائحة بأنماط سلوك طفلك التي يمكن تجاهلها، على الرغم مما تسببه من إزعاج.

____
____
____
____

2. هل يعمد طفلك للقيام بأي من أنماط السلوك تلك، كما تبدو عليه الحال، بغية استثارتك من الناحية العاطفية؟ ______ نعم ______ لا

إن اخترت الإجابة بنعم، فاملأ الفراغات الآتية:

نمط السلوك	كيفية استجابتك في العادة
________	________________
________	________________
________	________________

3. بم تتمثل علامات استيائك، غير اللفظية، حين يظهر طفلك ما هو مزعج من أنماط السلوك؟

نمط السلوك	علامات الاستياء غير اللفظية
________	________________
________	________________

4. ما يظهر طفلك من أنماط السلوك التي يمكن أن تتسبب في إذية الآخرين، أو الإضرار بالممتلكات، أو الانتقاص من حقوق الآخرين الأساسية؟

________	________________
________	________________
________	________________

5. ضع لائحة بأربعة مما يمكنك أن تصدره من أوامر «ألفا»، بغية إعادة توجيه السلوك بما يحول دون إذية الآخرين، أو الإضرار بالممتلكات، ويكفل حماية الحقوق الأساسية.

نمط السلوك	**أمر «ألفا» لإعادة توجيه السلوك**
مثال: يستخدم الطفل سكيناً لفتح الصندوق.	«أعطني السكين من فضلك».
______	______
______	______
______	______

6. إن لم يمتثل الطفل لأوامرك اللفظية، ففكر في كيفية منحه اثنتين من الاستجابات المقبولة، أو الخيارات، بمعنى آخر.

مثال: يلعب الطفل بالسكين.	«أعطني السكين من فضلك، أو استخدم المقص لفتح الصندوق».
______	______
______	______
______	______

7. ما يمكن أن تسأل طفلك، حين يظهر السلوك غير المقبول، بغية دفعه إلى تقويم ذلك السلوك، واتخاذ ما هو أفضل من القرارات؟

مثال: يلعب الطفل بالسكين.	«هل يوجد في الدرج ما هو أفضل لفتح الصندوق؟».
______	______
______	______

8. ما يمكن أن ينزع طفلك لاتخاذه من القرارات الخاطئة، وما يمكن أن ينتج عنها من عواقب؟

القرار	العواقب الطبيعية
• عدم ارتداء ما يناسب الطقس من الثياب.	الإصابة بالبرد، أو البلل، أو الشعور بالحر.
• عدم أداء الفروض المدرسية.	تدني الدرجات الدراسية.
• عدم تناول الطعام.	الشعور بالجوع.
• ارتداء ملابس قذرة.	تنفير الأصدقاء، أو إطلاق التعليقات من قبلهم.
______	______
______	______
______	______

9. عين ما يمكن أن ينزع طفلك لاتخاذه من القرارات غير المقبولة، التي يمكن أن تؤذيه، أو تؤذي الآخرين، أو تضر بالممتلكات، مما يوجب التدخل لإيقافها.

- عدم الاستجابة للدعوات بدخول المنزل، مع اقتراب موعد النوم.
- تلويث الأثاث والجدران بالألوان.
- ركوب الدراجة في الشارع.
- ضرب أو ركل الآخرين.
- رمي الأغراض بغضب.
- ______
- ______

5

قيمة الروتين

يُعرّف الروتين بما هو محدد من الإجراءات لإنجاز المهام/ التوقعات اليومية، كجمع الألعاب، والاستحمام، والخلود إلى النوم. يمثل تطوير وتنفيذ الروتين أكثر ما يمكن القيام به فاعلية لمساعدة طفلك المتمرد. يحدُّ وضع الجداول من المسبب الأكبر لغضب الأطفال المتمردين -توجيه الأوامر إليهم. ينزع الأطفال المتمردون للاعتماد على الجداول، ما إن تنفذ وتعمل بسلاسة؛ لأنها توضح ما يترتب عليهم من مهام يومية. يحب الأطفال ذوو المشكلات السلوكية تطبيق جداولهم لما تقدمه من عون على تحسين سلوكهم، وكأن لسان حالها يقول: «يكفل تطبيق الجداول، حين تسيئون التصرف، اتباعكم ما هو حسن من السلوك».

يستلزم تطوير وتنفيذ الجداول الفاعلة كثيراً من الوقت والجهد، ولكنها تستحق ما يبذل من أجلها. تحدث الجداول الفاعلة ما هو مباشر من التغييرات الكبيرة في سلوك طفلك، مما يوفر من وقتك، ويقلل من توترك، فضلاً، وهو الأهم، عن الحد من المعارك المدمرة مع طفلك بغية دفعه لأداء مهامه الضرورية.

> **فكرة رئيسة:**
>
> يمثل تطوير الروتين أكثر ما يمكن القيام به فائدة لمساعدة طفلك.

لا يتسم بالضرورة أو الفائدة، بكل الأحوال، وضع جدول لليوم برمته؛ بل للأوقات التي يرجح أن يسوء سلوك طفلك أثناءها، كما في الصباح، بصورة نموذجية، وقبل الخلود إلى

النوم. إن عانى طفلك المشكلات السلوكية في هاتين المدتين، فيجدر بك اختيار إحداهما، والبدء من هناك.

كيفية تطوير الجداول الفاعلة

استعن بمبدأ بريماك:

اكتشف دايفيد بريماك، عالم النفس، في العام 1959، أن الفئران تسعى لإزالة العصي العالقة في أقفاصها، إن مكنها ذلك من الجري في العجلات التي تحويها تلك الأقفاص[45]. دعي ذلك الاكتشاف المتمثل في قيام الفئران بما هو غير ممتع من الأنشطة (إزالة العصي)، بغية التمكن من الانخراط فيما يتسم بالمتعة (الجري في العجلات)، مبدأ بريماك. دفع المبدأ بعض الناس للاعتقاد بأن الجدات يعملن في مجال الطب النفسي، حيث تستخدم الأخيرات، في نهاية المطاف، الطريقة ذاتها مع أحفادهن، كما يحدث، في العديد من الأحيان، حين تخاطب الجدة الطفل قائلة: «يتعين عليك تناول ما يحويه طبقك من الفاصولياء، قبل أن تحظى بالمثلجات».

يتمحور كل من مبدأ بريماك وقاعدة الجدة حول الفكرة ذاتها، حيث يتعين على الطفل، فيما يخضع للتخطيط الجيد من الجداول، القيام ببعض ما لا يتسم بالمتعة من الأنشطة قبل بلوغ ما يستهويه منها، أو بكلمات أخرى، إنجاز مهامه قبل اللهو.

تجلى مبدأ بريماك، حين طُبِّق على بعض من أنشطة الطفل برنت المسائية، في المثال الآتي:

8:00 الاستحمام

8:25 ارتداء ثياب النوم

8:30 تناول وجبة خفيفة قبل الخلود إلى النوم

يتعين على برنت الاستحمام، في ذلك الجزء من الجدول، وهو ما يكره القيام به في كثير من الأحيان، فضلاً عن ارتداء ثياب نومه، قبل أن يتمكن من تناول وجبته الخفيفة.

مثل المساء كارثة حقيقية في حياة الأم وطفلها، قبل تطبيق ذلك الجدول، حيث كان يصاب بنوبة من الغضب حين كانت تطالبه بالاستحمام، لتعتاد التراجع عن مطلبها،

قائلة لنفسها: «لا يمثل عدم استحمامه بين الفينة والأخرى خطباً جللاً»، بينما تصر على استحمامه في أحيان أخرى، مما يسبب الصراع بينهما.

تسهم الجداول الفاعلة في الحد من النزاع الذي يخسر كل من الوالد والطفل أثناءه. أدرك برنت، عند تطبيق الجدول، ضرورة قيامه بالاستحمام إن أراد تناول ما يشتهي من الوجبات الخفيفة، ومن ثمَّ أسهم الجدول الموضوع في الحد من تدخل الأم القسري، ومنح الطفل الحرية في الاستحمام بغية الحصول على وجبته الخفيفة، أو الحرمان منها بوصفه عاقبة طبيعية لرفضه الاستحمام.

فكرة رئيسة:

لا يحتاج الوالد، عبر تطبيق الجداول، إلى إكراه الطفل المتمرد وإرغامه على القيام بالمهام الضرورية.

امنح العطاء المناسب

إثارة اهتمام الطفل: يجدر بما تمنحه من عطاء أن يكون ذا مغزى للطفل. لا يعني ذلك أن يمثل العطاء ما لا يمكن للطفل الاستغناء عنه. يحب برنت تناول وجبته الخفيفة قبل حلول موعد النوم، ولكن حياته لن تتوقف دونها. يمكن لرغبته في تناولها، بكل الأحوال، أن تحفزه للقيام باثنتين من المهام المفتقرة إلى المتعة.

إشراف الوالدين: يجدر بالعطاء أن يمنح تحت إشراف الوالدين. إن توجه طفلك إلى المطبخ وأعد وجبته الخفيفة بنفسه، فلن تمثل الوجبة عطاءً مناسباً في تلك الحالة؛ بل حين يضطر الطفل للاعتماد عليك في تحضيرها، ووضعها على المائدة.

منح العطاء تحت إشراف الوالدين

يصر بول على متابعة أحد البرامج التلفازية، كل صباح، بينما يتأهب للذهاب إلى المدرسة، مما يسبب العديد من المشكلات، بالنظر إلى تسمره أمام التلفاز، عند حلول موعد البرنامج، وتمنعه عن إكمال الاستعدادات للذهاب

إلى المدرسة. يدفع ذلك بأمه للتدخل بغية حثه على مواصلة استعداداته، ويودي به للإصابة بنوبة من الغضب.

يمثل التلفاز، في تلك الحالة، ما هو قوي من الحوافز، ولكن متابعته لا تتم تحت إشراف الأم، مما يدفعها إلى إحداث اثنين من التغييرات:

1- حرمان الطفل من متابعة التلفاز في غرفة المعيشة، كل صباح، عبر إغلاق القاطع الذي يغذي غرفة المعيشة بالكهرباء.

2- رفع التلفاز الصغير في المطبخ إلى أعلى الثلاجة.

امتلكت الأم السيطرة على جهاز التلفاز، الذي يمثل ما هو قوي من الحوافز، ولن يكون بمقدور بول متابعة برنامجه المفضل إن لم يحضر إلى المطبخ لتناول إفطاره، عقب ارتداء ثيابه، والاستعداد بصورة كاملة للذهاب إلى المدرسة.

فكرة رئيسة:

يجدر بالعطاء، على اختلاف أنواعه، أن يمنح تحت إشراف الوالدين.

الاستعانة بالروتين لحل مشكلات السلوك المستعصية:

تسم الأهمية استخدام الروتين بصورة مبدعة لحل مشكلات السلوك المستعصية. فلننظر إلى الذهاب إلى السرير على سبيل المثال. يكافح العديد من ذوي الأطفال المتمردين، في كل ليلة على وجه التقريب، بغية دفعهم للذهاب إلى السرير، والبقاء فيه. لم تسر الأمور في منزل عائلة كولمان، قبل تطبيق ما هو فاعل من الجداول المسائية، إلا على النحو الآتي:

موعد نوم كايسي

خاطبت السيدة كولمان ولدها كايسي، البالغ تسعة أعوام، عند تمام التاسعة مساء، قائلة: «حان وقت الذهاب إلى السرير».

أجاب الطفل بالرفض، صارخاً، ليتسمر أمام شاشة التلفاز في غرفة المعيشة، متجاهلاً مطالبة أمه. تدخل والده، بعد مضي ساعة، قائلاً: «كايسي، تجاوز الوقت موعد نومك كثيراً. اذهب إلى سريرك الآن. أعني ما أقوله تماماً». في النهاية توجه كايسي إلى غرفته ليغلق بابها، ويلهو بألعابه، عوضاً عن الخلود إلى النوم. توجه والده إلى الغرفة، بعد أن رأى النور مضاء أسفل العتبة، ليمسكه من ذراعه، ويضعه في الفراش، قبل أن يضربه بقوة على ظهره، ويخاطبه قائلاً: «ابق في مكانك!».

يمكن لتلك المشكلة أن تحل عبر وضع ما هو فاعل من الجداول، على النحو الآتي:

8:45 تنظيف الأسنان

9:00 التوجه إلى السرير

9:50 الاستماع إلى قصة

9:20 إطفاء الأنوار

إن توجه كايسي إلى السرير في التاسعة وخمس دقائق، فيمكن أن يستلقي الوالد بجانبه، ويقرأ له مدة خمس عشرة دقيقة. لا يجدر بوقت القراءة أن يبدأ قبل توجه كايسي إلى السرير، ولا يجدر به أن يتجاوز الموعد المحدد لإطفاء الأنوار في التاسعة وعشرين دقيقة.

استفد من مبدأ بريماك بالقدر الأكبر:

يجدر بك الاستفادة بالقدر الأكبر من جميع الخيارات المتوافرة لمكافأة طفلك. لم يعمد والدا جايسون، على سبيل المثال، قبل التفكير فيما هو فاعل من الجداول، إلى الاستفادة من رغبته (أو إصراره، بما يمثل كلمة أفضل) في متابعة برنامجه التلفازي المفضل، بغية دفعه لجمع ألعابه. كان الطفل يتابع برنامجه المفضل في كل أمسية ليرفض مطالب والديه بجمع الألعاب في غرفته، عقب انتهاء البرنامج.

تغير الأمر، بكل الأحوال، عقب التزام الطفل بتطبيق ما وضعاه من جداول، بحيث بات يدرك أن متابعة برنامجه المفضل تتوقف على مساعدة العائلة في ترتيب المنزل، عبر جمع الألعاب في غرفته. يدلل ذلك، في الحقيقة، على اثنتين من النقاط المهمة فيما يتعلق بالروتين:

- ضرورة استغلال ما يثير اهتمام الطفل من أنشطة، لا التفريط بها، بغية تحفيزه على أداء واجباته المفتقرة إلى المتعة.
- الحرص على مكافأة الطفل بما يرغبه، بشكل فوري، عقب قيامه بما لا يتسم بالمتعة من الأنشطة.

إشراك الطفل:

يجدر بك العمل، إن أمكن، على إشراك طفلك في تطوير الجداول الفاعلة. عمدت السيدة ساندرز، عقب التفكير فيما هو معقول من الجداول لطفلتها البالغة ثمانية أعوام، إلى مخاطبتها قائلة: «كساندرا، أود التحدث إليك الليلة، حين تتناولين وجبتك الخفيفة، بشأن إحدى المسائل. هل يمكنك تذكيري بذلك؟» لم تعمد الأم إلى طلب النقاش، أثناء تناول الوجبة، مصادفة، بالنظر إلى ازدياد إمكانية الإصغاء لدى الطفلة إن امتلكت الدافع للجلوس إلى المائدة.

إشراك كساندرا

خاطبت السيدة ساندرز كساندرا، حين جلستا إلى المائدة، قائلة: «أود أن ندون معاً ما يحدث، بصورة يومية، منذ تناول طعام العشاء، حتى ذهابك إلى الفراش. نعمد إلى ترتيب المنزل بعد العشاء مباشرة. ما تفعلين عقب ذلك؟».

أجابت الطفلة بما لا يخلو من تمرد، تحسباً لأي من التوجيهات أو التحذيرات، قائلة: «أتابع برنامجي التلفازي المفضل».

عقبت الأم، بينما كانت تدون ذلك، قائلة: «هذا صحيح. ما يحدث عند انتهاء البرنامج في الثامنة مساء؟».

ردت الطفلة بامتعاض، قائلة: «ترغمينني على الاستحمام».

تجاهلت الأم النبرة الاستفزازية في إجابة كساندرا، لتعقب قائلة: «هذا صحيح، ثم ترتدين ثياب النوم بحلول الثامنة وخمس وعشرين دقيقة. ما تفعلين فيما بعد؟».

«أتناول وجبة خفيفة قبل الذهاب إلى الفراش».

«ما يلي ذلك؟».

«أنظف أسناني».

دونت الأم ذلك، بينما كررت عبارة «أنظف أسناني»، لتعقب قائلة: «يحين موعد الذهاب إلى الفراش، فيما بعد، ونحاول القيام بذلك بحلول التاسعة مساء، ولكن يوجد ما أود إضافته».

عقبت كساندرا بحذر، قائلة: «ما هو»؟.

«قراءة قصة لك قبل الخلود إلى النوم. هل تودين ذلك؟».

«هل يمكنني اختيار الكتاب؟».

«بالتأكيد».

تمثل جدول كساندرا، في نهاية المطاف، بالآتي:

6:30 ترتيب المنزل مع العائلة.

7:00 مشاهدة التلفاز.

8:00 الاستحمام.

8:25 ارتداء ثياب النوم.

8:30 تناول وجبة خفيفة قبل الذهاب إلى الفراش.

8:50 تنظيف الأسنان.

9:00 الذهاب إلى الفراش.

9: 05 الاستماع إلى قصة.

9: 20 إطفاء الأنوار.

وضع نهاية واضحة:

يجدر بالأنشطة كلها، في الجداول، أن تختتم بما هو واضح من النهايات، بحيث يدرك الجميع انتهاء كل من الأنشطة. يتسم تناول الوجبة الخفيفة، قبل الذهاب إلى الفراش، على سبيل المثال، بما هو واضح من النهايات، التي تتحدد عبر الانتهاء من تناول الطعام. لا تتسم بعض الأنشطة، بالمقابل، بنهايات واضحة، كما يحدث عند الاستحمام، الذي لا ينتهي بزوال مياه الحوض، ومن ثمَّ يجدر بك العمل على إيجاد نهاية واضحة لعملية الاستحمام. إن لم تفعل ذلك، فستضطر إلى مطالبة الطفل بمغادرة حوض الاستحمام، مما يسهم، على الأرجح، في إثارة النزاع بينكما، وإضعاف علاقتكما بصورة إضافية.

تدل قراءة القصة لكساندرا، قبل الخلود إلى النوم، على الحاجة إلى اختتام الأنشطة بما هو واضح من النهايات.

نوبة غضب كساندرا

قرأت الأم لكساندرا ما يقارب عشر دقائق، حتى بلغت نهاية الفصل الثاني، ثم رأت الأم التوقف عند تلك النقطة، لتعلم طفلتها بذلك، وتهم بمغادرة الغرفة. توسلت كساندرا أمها، قبل أن تخرج من الباب، قائلة: «اقرئي المزيد، أرجوك».

عقبت الأم بحزم، قائلة: «لا!، كانت تلك نهاية الفصل الثاني. لن أقرأ المزيد الليلة»، قبل أن تغادر الغرفة، وتغلق بابها. لم تقبل الطفلة بذلك، بكل الأحوال، لتغادر سريرها، وتلحق بأمها إلى غرفة المعيشة.

ناشدت الطفلة أمها، قائلة: «اقرئي بضع صفحات، لا أكثر، وسأعود إلى السرير. أعدك بذلك».

رفضت الأم مطلب طفلتها بحزم، لترتمي الأخيرة على الأرض، وتضربها بقبضتها، صارخة بأعلى صوتها، مما أدى إلى استيقاظ شقيقها الرضيع، وانخراطه في البكاء. تخوفت الأم من استمرار كساندرا في الصراخ، والرضيع في البكاء، إن لم تقرأ المزيد من الصفحات، لترضخ لمطلب الطفلة في نهاية المطاف. لم يسهم ذلك، بالطبع، إلا في تشجيع كساندرا على اتباع السلوك ذاته، بغية تحصيل مطالبها.

المؤشرات البصرية: كان بمقدور الأم الاستعانة بالمؤشرات البصرية لوضع نهاية واضحة للقراءة. تمثل البطاقات الحمراء ما هو جيد من المؤشرات البصرية لاختتام الأنشطة بنهايات واضحة، كما يدل المثال الآتي:

وضع نهاية واضحة

يمكن للأم أن تخاطب كساندرا، في الأمسية الآتية، أثناء تناول وجبتها الخفيفة، قائلة: «سنقرأ اليوم حتى نهاية الفصل الثالث. سأستخدم بطاقة حمراء كبيرة لتحديد نهايته». يمكن للأم، فيما بعد، فتح الكتاب عند نهاية الفصل الثالث، ومطالبة طفلتها بتحديد تلك النهاية بوساطة البطاقة الحمراء، ثم التعقيب، حين تفعل الطفلة ذلك، قائلة: «حسناً، ستعلمنا البطاقة الحمراء التي وضعتها بانتهاء وقت القراءة حين نبلغ نهاية الفصل الثالث. سأعانقك بقوة، فيما بعد، وأطفئ الأنوار كي تتمكني من النوم، قبل أن أغادر الغرفة».

فكرة رئيسة:

يجدر بالأنشطة كلها في الجداول أن تختتم بما هو واضح من النهايات، ويجدر بالوالدين العمل على إيجاد تلك النهايات حال غيابها.

المؤشرات السمعية: تمثل النغمات والأجراس، على حد سواء، وسيلة أخرى لتحديد نهايات واضحة لبعض الأنشطة. يفيد منبه الساعة كثيراً، في هذا المجال، بالنظر إلى إمكانية تحديد المواقيت بواسطته، والتنبيه إلى حلولها عبر رنينه.

قدم المنبه العون لبرنت، فيما يتعلق بتحديد نهاية للاستحمام، دون استثارة غضبه كما يحدث في العادة. يكره برنت، كما العديد من الأطفال، التوجه إلى حوض الاستحمام، فمغادرته فيما بعد. يمكن لبرنت اللهو في الحوض ساعة من الزمن إن أجازت أمه ذلك، لذا استخدمت الأخيرة المنبه لوضع نهاية واضحة لعملية الاستحمام، عبر مغادرة الحوض عند رنين المنبه. دفعت الأم بطفلها إلى ضبط المنبه بنفسه، بحيث يرن عقب خمس عشرة دقيقة، بغية إشراكه في وضع نهاية واضحة لعملية الاستحمام، وتكريس الالتزام لديه.

استشراف النهاية. يماثل استشراف النهاية التي تحل سريعاً، لأي من الأنشطة، رؤية شاخصة المنعطف قبل بلوغه، أثناء القيادة في ليلة مظلمة، ويقدم الكثير من العون فيما يتعلق بالتهيئة للتغييرات المفاجئة، مما يسهم في تجنب الكوارث. إن استشرفت الأم قبيل بلوغ نهاية الفصل الثالث، نهاية مدة القراءة، لتخاطب كساندرا قائلة: «لم يتبقَّ سوى صفحتين لبلوغ نهاية الفصل الثالث والبطاقة الحمراء، فما الذي يعنيه ذلك؟».

أجابت الطفلة، بما لا يخلو من الامتعاض، قائلة: «انتهاء وقت القراءة».

«هذا صحيح للغاية. انتهاء وقت القراءة».

بلغت الأم البطاقة الحمراء، بعد قراءة الصفحتين المتبقيتين، وقد كان بمقدورها مخاطبة طفلتها قائلة: «بلغنا البطاقة الحمراء. انتهى وقت القراءة». يمكن أن يرى الأطفال، بكل الأحوال، شيئا من الإكراه، بما يماثل توجيه الأوامر، في العبارة الأخيرة. استشعرت الأم أهمية عدم توجيه الأوامر اللفظية لتستعيض عن تلك العبارة بمخاطبة طفلتها قائلة: «بلغنا البطاقة الحمراء. ما الذي يعنيه ذلك؟».

أجابت الطفلة قائلة: «النهاية!».

«هذا صحيح للغاية!».

التواصل لتطبيق الجداول

أهمية ألواح التواصل:

يماثل توجيه الأوامر للأطفال المتمردين توجيه الدعوات إليهم للشجار. يتحدى الطفل المتمرد والده قائلاً: «هل سترغمني؟، فلنر ما بمقدورك فعله»، لتنشب المعارك حين يصر

الوالد على إذعان الطفل لمطالبه. يمضي الطفل المتمرد حتى النهاية، بغية الانتصار في المعركة، حين يحاول الوالد إرغامه على الإذعان لمطالبه، ليضطر الأخير إلى سحب تلك المطالب، على ضوء ما يبديه الطفل من مقاومة، مما يمنح الأخير الفوز، ويجعله أكثر تصميماً على عدم الإذعان لوالده في المرات المقبلة.

لا يمكن للوالد الانتصار في تلك المعركة دون معاقبة الطفل بما يجعله يرضخ في نهاية المطاف. لا يأتي ذلك الانتصار، بكل الأحوال، إلا على حساب العلاقة بين الوالد والطفل. يكره الجميع، ولا سيما الأطفال المتمردين، التعرض للعقاب. يتعلم الأطفال ما هو سيئ من الدروس، إضافة إلى ذلك، حين يستخدم الآباء ضخامة أحجامهم وقوتهم الجسدية لمعاقبتهم. يتمثل ما يتعلمه الطفل، في تلك الحالة، في قدرة الأضخم على فرض إرادته على من يصغرونه حجماً.

ألواح التواصل:

تمكن ألواح التواصل الوالد من نقل مطالبه إلى الطفل، دون الاضطرار إلى إخباره بذلك مباشرة[46]. يلجأ الطفل إلى نوبات الغضب، حين توجه إليه الأوامر، بغية دفعك للتراجع عنها، بينما تتجاهل ألواح التواصل ألاعيب الطفل، واعتراضاته، ونوبات غضبه.

يفيد نمطان من ألواح التواصل كثيراً عند التعامل مع الأطفال المتمردين: ألواح التواصل بوساطة الأدوات، وألواح التواصل المكتوب.

ألواح التواصل بوساطة الأدوات: تناسب تلك الألواح من يبلغون السادسة، أو تقل أعمارهم عن ذلك، وتوظف الأدوات، كما يشير اسمها، لمطالبة الطفل بأداء واجباته. تشكل الملعقة، على سبيل المثال، أداة جيدة للإشارة إلى حلول موعد الوجبة التي تسبق النوم، إضافة إلى فرشاة الأسنان (حلول موعد تنظيف الأسنان)، وليفة التنظيف (حلول موعد الاستحمام). يمكن للشاحنة الصغيرة، إضافة إلى ذلك، أن تشير إلى حلول موعد ترتيب المنزل، بينما يشير الكتاب إلى حلول موعد التوجه إلى السرير للاستماع إلى القصة قبل الخلود إلى النوم.

توضع الأدوات المستخدمة في لوح التواصل على أي من الرفوف أو المناضد التي تقع في مستوى نظر الطفل، ويتم ترتيبها من اليسار إلى اليمين (يتم ترتيب كل شيء في ذلك

النظام من اليسار إلى اليمين لإيجاد نمط محدد لكيفية إنجاز الأمور. ينزع الأطفال، ما إن يدركوا ذلك النمط، إلى الالتزام به)؛ يعمد الطفل إلى التقاط فرشاة الأسنان، الموجودة في أقصى اليسار من الرف، ترشد فرشاة الأسنان الطفل إلى المكان الذي يقصده (الحمام)، إضافة إلى ما يجب القيام به هناك (تنظيف الأسنان). تفيد فرشاة الأسنان الموجودة في يد الطفل، على حد سواء، في منعه من الانشغال بأي مما يمكن أن يثير انتباهه أثناء التوجه إلى الحمام؛ يمكن أن يرى، على سبيل المثال، قطته الراغبة في اللهو، أو يستمع إلى صوت التلفاز بما يشجعه على مشاهدته، أو يمر بجانب دميته التي تحتاج من يطعمها. يمكن لكل من تلك الأمور صرف انتباه الطفل عن المهمة التي يقوم بها، بما يهيئ الظروف لدفع الوالد إلى توجيه أي من الأوامر اللفظية المكروهة. توجد فرشاة الأسنان في يد الطفل باستمرار، بكل الأحوال، توليفة ضاغطة من المنبهات المادية، والحسية، والمرئية، التي تذكره على الدوام بضرورة تنظيف أسنانه.

تولد فرشاة الأسنان في يد الطفل، إضافة إلى ذلك، ما يدفعه إلى تنفيذ المهمة، وكأن لسان حاله يقول: «يتعين علي أن آخذ هذه الفرشاة إلى مكان ما. يتعين علي التخلص منها»، وكأن الفرشاة تخاطبه، بدورها، قائلة: «خذني إلى الحمام». تم الاستماع، في الحقيقة، إلى عدد من الأطفال، ممن يبلغون الرابعة، بينما كانوا يحملون فراشي أسنانهم إلى الحمام، وهم يهمسون إلى أنفسهم، قائلين: «تنظيف الأسنان، تنظيف الأسنان».

يجدر بالوالدين أن يهيئوا مستلزمات تنظيف الأسنان كلها في الحمام، مرتبة من اليسار إلى اليمين على حد سواء، ليجد الطفل المعجون في أقصى اليسار. ينتمي المعجون إلى فرشاة الأسنان، ولا يخطر ببال الطفل سوى تنظيف أسنانه حين يرى المعجون موضوعاً على الفرشاة. يجد الطفل، حين ينتهي من تنظيف أسنانه، حافظة الفرشاة إلى اليمين من المغسلة، بينما تقع بطاقة تفقد الروتين، التي سيتم توضيح وظيفتها لاحقاً، إلى اليمين من حافظة الفرشاة مباشرة.

ألواح التواصل المكتوب: يصبح الأطفال جاهزين للاستفادة من تلك الألواح، ما إن يتعلموا القراءة. لا يمكن ترتيب ألواح التواصل المكتوب بصورة أفقية، لما تتسم به من طول، بالنقيض من سابقتها التي ترتب من اليسار إلى اليمين، لذلك يتم ترتيب ألواح التواصل

المكتوب بطريقة عمودية، من الأعلى إلى الأسفل. تقرن ألواح التواصل المكتوب كلاً من الأنشطة مع موعده المحدد، بالنظر إلى قدرة القراء من الأطفال على تحديد الوقت على حد سواء. يمكن للكلمات أن تكتب على ملصقات تثبت بوساطة الدبابيس على لوح التواصل:

8: 30	تناول وجبة خفيفة
8: 50	تنظيف الأسنان
9: 00	الذهاب إلى السرير
9: 05	الاستماع إلى القصة

لا يحتاج معظم الأطفال، ما إن يكبروا بما يسمح بتعلمهم القراءة، إلى حمل الأدوات للوصول إلى مكان إنجاز النشاط. يمكن إزالة الملصقات المثبتة بوساطة الدبابيس على لوح التواصل، ووضعها في صندوق يقع إلى اليمين من ذلك اللوح. يمكن لمن يبلغون الثامنة، وما يزيد، استخدام ما هو أبسط من ألواح التواصل، المتمثلة فيما يمكن تعليقه من الأوراق، التي تعرض الأنشطة ومواقيتها، في أماكن بارزة كباب الثلاجة. يطّلع الطفل على النشاط الذي يجب القيام به آتياً، عبر قراءة تلك الأوراق، ليعمد إلى شطبه من اللائحة، ثم تنفيذه.

بطاقة تفقد الروتين:

يحتاج الطفل، عند انتهاء النشاط، إلى العودة إلى لوح التواصل لمعرفة النشاط المقبل. تمثل عودة الطفل من موقعه إلى لوح التواصل، بكل الأحوال، إشكالية أخرى. يمكن، على سبيل المثال، إن توقف طفلك في طريقه إلى لوح التواصل للهو بدميته، أن تخاطبه قائلاً: «اذهب لتفقد جدولك»، مما يوقعك في الشرك ذاته: إصدار التوجيهات لطفلك المتمرد.

يتجسد الحل في «بطاقة تفقد الروتين»، التي تعادل قياس «2 × 2»، وتحوي إشارة كبيرة خضراء تدل على انتهاء النشاط. يجدر بالطفل، حين ينهي كلاً من الأنشطة، أن يجد بطاقة تفقد الروتين في أقصى اليمين من مكان إنجاز النشاط، كما يحدث، على سبيل المثال، حين ينهي الطفل تنظيف أسنانه، ويضع فرشاة الأسنان في حافظتها، ليعثر على بطاقة تفقد الروتين إلى اليمين مباشرة من حافظة فرشاة الأسنان. يجدر بالطفل، فيما بعد، أن يحمل بطاقة تفقد الروتين إلى لوح التواصل. يُعلَّق مظروف ورقي، إلى اليسار من لوح التواصل، يحوي على غلافه بطاقة مماثلة لنظيرتها في يد الطفل. يتعين على الأخير، حين يبلغ لوح التواصل، أن يضع البطاقة التي يحملها في المظروف الورقي المخصص لها.

أشرك طفلك مجدداً (وعلى الدوام):

يجدر بالوالدين إشراك الطفل في تكوين ألواح التواصل، كما الجداول الفاعلة على حد سواء. ابدأ بالمهمة الأولى في جدول طفلك. تمثلت المهمة الأولى، في جدول كساندرا السابق، في مشاركة العائلة في ترتيب المنزل. إن كان طفلك يبلغ السادسة من العمر، أو ما يقل عن ذلك، وعمد إلى استخدام ألواح التواصل، فيجدر بك أن تسأله قائلاً: «ما يمكن أن يذكرك بحلول موعد ترتيب المنزل؟» إن عجز عن الإجابة، فيجدر بك أن تردف قائلاً: «هل تكفل الشاحنة الصغيرة ذلك؟».

تتمثل الخطوة المقبلة في إيجاد مكان لألواح التواصل. يمكن وضع أدوات ألواح التواصل على أي من الرفوف أو المناضد في غرفة الطفل، بينما يمكن أن تعلق ألواح التواصل المكتوب على الثلاجة في المطبخ، أو الخزانة في غرفة الطفل. يجدر بك، حين يتم إنجاز ألواح التواصل، أن تسهل استخدامها عبر أداء الأدوار مع الطفل. تمتعْ بالحماسة واتسمْ بالإيجابية، عند القيام بذلك، وكن داعما لطفلك.

الارتقاء بالأنشطة تدريجيا بما يلائم تطور الطفل

يجدر بالأنشطة المدرجة في الجداول كلها أن ترتقي بما يلائم تطور الطفل. يغدو الأطفال المتمردون أكثر تمرداً، وعدم امتثال، وعدوانية حين يُطالبون بما يتجاوز قدراتهم من المهام. لا تمثل مطالبة من يبلغون الرابعة، على سبيل المثال، بصب الحليب لأفراد العائلة عند

العشاء، ما هو ملائم لقدراتهم، وسيعجزون عن ذلك، ليعمد الوالدان إلى توبيخهم، مما يؤدي إلى إثارة نوبات غضبهم. يمكن أن يكلف الأطفال في سن الرابعة، بالمقابل، بوضع الآنية عند كل من الأطباق على المائدة، بالنظر إلى انسجام ذلك مع قدراتهم.

يصعب التكهن بما لا يمكن لطفلك القيام به من الأنشطة المفتقرة إلى الإثارة. يجدر البدء بما تثق بقدرة طفلك على القيام به من تلك الأنشطة، حتى تنتظم الجداول ويسير تطبيقها بسلاسة، قبل الارتقاء بنوعية الأنشطة الملائمة لتطور الطفل بصورة تدريجية، ووضع التعديلات المطلوبة.

لا تُوقِف العمل بالجداول:

يسير تطبيق الجداول، في العادة، بصورة مُرضية، بحيث يعتقد الوالدان، بعد مدة قصيرة، عدم حاجة الطفل إليها، ويعملون على تجاهل بعض متطلباتها، كما يحدث، على سبيل المثال، حين يعمدون إلى «توفير الوقت»، عبر استبعاد بطاقات تفقد الروتين، أو التساهل في تطبيق الجداول، بما يكفل مكافأة الطفل دون إنجاز المهام المطلوبة.

لا توقف العمل بأي من متطلبات الجداول الفاعلة، ولا تعمل على اختزالها. إن قمت بذلك، فلن يمر الكثير من الوقت حتى يعود الطفل إلى ما يتسم به من تمرد وعدم امتثال. يلجأ العديد من الآباء، رداً على تمرد الطفل وعدم امتثاله، إلى إطلاق التحذيرات وإصدار الأوامر الصارمة، مما يسهم في تدهور العلاقة بين الطرفين، ليكتشف الوالد، بعد وقت قصير، عودة الأمور إلى نقطة الصفر مجدداً.

كن مساعداً:

تكتسب العلاقة مع طفلك المزيد من القوة كلما ساعدته على النجاح. يمثل ذلك ميزة أخرى للجداول، بالنظر إلى ما تمنحك من فرص عديدة لمساعدة طفلك في النجاح في إنجاز مهامه المفتقرة إلى المتعة. لا يعني ذلك القيام بتلك المهام نيابة عن الطفل؛ بل مساعدته من وقت لآخر في أدائها بما هو أفضل من الأشكال، بما يشمل ترتيب المنزل، وأداء الفروض المدرسية، والاستحمام، على سبيل المثال. يوفر تطبيق الجداول، إضافة إلى ذلك، فرصاً

عديدة للوالدين لإطراء أطفالهم حين ينجزون مهامهم. يعزز القيام بذلك من رصيدك في مصرف طفلك، بصورة ملموسة، ويُكسِب العلاقة بينكما المزيد من القوة.

قدم العون في بعض المهام بصورة يومية:

قدم العون لطفلك على إنجاز واحد من الأنشطة المفتقرة إلى المتعة، على الأقل، في كل من الأمسيات. لا يعبر الوالد، عبر القيام بذلك، إلا عن مساندته للطفل ليبلغ النجاح. يجدر بك، بينما تساعد طفلك، أن تنتهز الفرص المناسبة لإطرائه وتقديره، كما يحدث، على سبيل المثال، حين يخاطب الوالد الطفل، عقب الانتهاء من ترتيب المنزل، قائلاً: «قمت بعمل رائع عبر وضع ألعابك في الصندوق المخصص لها. تستحق ما هو حار من العناق!».

> **فكرة رئيسة:**
>
> تكتسب علاقة الوالد بالطفل المزيد من القوة كلما قدم الوالد ما هو ملموس من العون لمساعدة الطفل في إدراك النجاح، فضلاً عن منحه التقدير وإطرائه عند إنجاز المهام المطلوبة.

يجدر بالوالدين، على حد سواء، مساعدة أطفالهم فيما يشق عليهم من المهام المفتقرة إلى المتعة، بما يشمل ترتيب المنزل مجددا. لا يدرك معظم الأطفال، في بادئ الأمر، ما يعنيه ترتيب المنزل على وجه الدقة، مما يسهم في عدم جمع أغراضهم بالشكل المطلوب، على الأرجح، حين تعمد العائلة إلى ترتيب المنزل في المساء. يجدر بك مساعدة طفلك كلما بذل الجهود، وانخرط في إنجاز الأنشطة. سيثمن الطفل جهودك وما تقدمه من دعم، ويأخذ في الاستجابة بصورة مناسبة حين تعمل على مساعدته.

قدم العون للطفل على الانتقال من نهاية النشاط إلى بداية النشاط المقبل: يصعب الانتقال من نهاية النشاط إلى بداية النشاط المقبل على العديد من الأطفال المتمردين، ممن يتسمون بالاندفاع بطبعهم ويتصفون بدرجات انتباه قصيرة المدى، على وجه الخصوص، ومن ثمَّ يجدر بك التيقظ أثناء المدد الانتقالية بين الأنشطة، ومراقبة المؤشرات الدالة على حاجة الطفل لمساعدتك في اتباع جدوله اليومي.

مساعدة شيرلي

عمدت شيرلي، في إحدى الأمسيات، عقب انتهاء برنامجها التلفازي المفضل، إلى تصفح كتاب مصور عن الديناصورات، لتنشغل بذلك عن متابعة جدولها اليومي. لم تكن الأم بعاجزة عن السماح لطفلتها بمتابعة تصفح الكتاب، ولكن الوالدين الداعمين يرغبون عن الإسهام في إخفاق أطفالهم، وضياع حس المسؤولية لديهم. عمدت الأم إلى مراقبة الوقت عوضاً عن السماح لطفلتها بالإخفاق في تطبيق جدولها اليومي، لتتوجه إلى لوح التواصل -حين بلغت الساعة الثامنة وعشر دقائق، وتأخرت الطفلة عن موعد الاستحمام- وتلتقط بطاقة تفقد الروتين من المظروف الورقي، قبل أن تسلمها لطفلتها دون أن تنبس ببنت شفة. سألت الأم شيرلي، فيما بعد، حين تسلّمت الأخيرة بطاقة تفقد الروتين، قائلة: «هل تودين أن أفتح الصنبور لأملأ حوض الاستحمام بالماء؟».

كن داعماً:

يلقى الطفل المتمرد الكثير من المعاناة، على وجه العموم، بغية إتمام مهامه المفتقرة إلى المتعة. يجدر بك تقديم ما يحتاج طفلك من العون للقيام بذلك. لقي رستي الكثير من المشقة في إحدى الأمسيات، على سبيل المثال، بينما كان يحاول العثور على أربع من المقالات التي تتحدث عن الحيوانات المتوحشة، فيما يمثل فرضه المدرسي. افتقر الطفل إلى ما يكفي لتحفيزه للقيام بتلك المهمة. لم يكن بمقدور الأب السماح لطفله بالإخفاق، ليعمد إلى سؤاله قائلاً: «رستي، هل تود أن أبحث عما يمكن أن يحوي مقالات عن الحيوانات المتوحشة من مجلات؟».

«أجل!».

عثر الأب بالفعل على بعض من تلك المجلات، ليسأل طفله، حين سلمه إياها، قائلاً: «هل تعتقد احتواء تلك المجلات على ما تحتاجه من المقالات؟».

أهمية الروتين:

يمنح الروتين، المتمثل في الجداول اليومية، ما يحتاج الأطفال المتمردون من قواعد للنجاح. يعمد الأخيرون، حين يدركون ذلك، إلى الاعتماد على تلك الجداول، بصورة متزايدة، لتجاوز المدد العصيبة في حياتهم. يسهم الروتين، إضافة إلى ذلك، في إعادة الطفل إلى المسار الصحيح، إن جهل ما يفعل، عبر إخباره بما يجب القيام به لاحقاً. تفعل الجداول السحر فيما يتعلق بتنظيم حياة الأطفال المتمردين. ينزع الأخيرون إلى تطبيقها وكأن لسان حالهم يقول: «نعلم كيفية الخروج من هذه الفوضى، عبر التقيد بجدولنا اليومي».

خاتمة:

تتمحور تربية الأطفال حول تمكينهم ومساعدتهم في الحصول على المزيد من الاستقلالية. تمثل الجداول خطوة في الطريق نحو استقلالية الطفل. يعتمد كل من البالغين، بصورة تقريبية، على الجداول لتنظيم وقتهم بصورة فاعلة، ولا يتجسد الفرق الوحيد إلا في قيامهم بحفظ ما يتبعون من جداول يومية في أذهانهم، دون تعليقها فيما يمكن رؤيته من أماكن. يجدر بك، بكل الأحوال، بغية مساعدة طفلك في وضع جدوله وتطبيقه، أن تحرص على التقيد بجدولك أمامه. لذلك يتعين عليك أن تعمد إلى كتابة جدولك اليومي، وتظهر الالتزام بتطبيقه أمام طفلك في أوقات متعددة من اليوم.

تطبيقات

يجسد تطوير الجداول وتطبيقها أفضل ما يمكن أن تفعله لمساعدة طفلك المتمرد. يقدم التمرين الآتي العون فيما يتعلق بوضع الجداول مع طفلك، بما يغطي ساعة أو اثنتين من الأوقات الأكثر حرجا لكل منكما أثناء اليوم.

1. حدد الوقت الذي يتمرد فيه طفلك بالقدر الأكبر أثناء اليوم:

______ الصباح الباكر.

______ الصباح.

______ الظهيرة.

______ ما بعد الظهيرة.

______ المساء.

______ وقت متأخر من الليل.

2. حدد أمراً أو اثنين مما يجدر بطفلك القيام به في تلك المدة، مع ممانعته الشديدة لذلك.

____

____

3. حدد ما تكافئ به طفلك، أو ما يمكن أن تكافئه به، على أقل تقدير، أثناء تلك المدة.

____

____

4. هل تخضع كل من تلك المكافآت، على وجه العموم، لإشرافك؟ ______ نعم ______ لا

إن اخترت الإجابة بلا، فما يمكن أن تفعل لتخضعها لإشرافك؟

____

____

إن لم تستطع القيام بأي شيء لإخضاع المكافآت لإشرافك، فيجدر بك إيجاد مكافآت أخرى.

5. ناقش مع طفلك ما يُجرى من أنشطة في تلك المدة. اعمل، بمشاركته، على وضع جدول بما لا يثير اهتمامه من الأنشطة التي يسهم إنجازها في القيام بالأنشطة الممتعة، أو بمعنى آخر، الحصول على المكافآت.

الوقت	النشاط
______	______________________
______	______________________
______	______________________
______	______________________
______	______________________

6. هل يتسم كل من الأنشطة في الجدول بنهاية واضحة؟

______ نعم ______ لا

إن اخترت الإجابة بلا، فما يمكن أن تفعل لاختتامها بما هو واضح من النهايات؟

النشاط	النهاية الواضحة
______	______________________
______	______________________
______	______________________

7. اختر من نمطي التواصل الآتيين ما يلائم تطور طفلك:

______ التواصل بوساطة الأدوات.

______ التواصل المكتوب.

8. اعمل، بمشاركة طفلك، على تكوين لوح للتواصل.

9. ما الأنشطة التي يمكن أن يجد طفلك صعوبة في إنجازها؟

____

____

____

10. ما يمكن أن تفعل لمساعدة طفلك في إنجاز ما يشق عليه من الأنشطة؟

النشاط **نمط المساعدة**

______________ ______________

______________ ______________

______________ ______________

11. أكمل الجدول الآتي، الذي يغطي مدة أسبوع، عبر إظهار ما قدمته من مساعدة لطفلك كي ينجح في تطبيق جدوله اليومي.

	السبت	الأحد	الإثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة
لا مساعدة							
مساعدة دورية في							
مساعدة عند الضرورة في							

ينجح تطبيق الجداول، إلى أبعد الحدود، طوال الأسبوع الأول، والشهر كله في بعض الأحيان. يجدر بك استغلال النجاح في تلك المدة لتعزيز علاقتك بطفلك. يتم ذلك عبر إطرائه حين يلتزم باستخدام ألواح التواصل، والإقرار بما ينجزه من مهام مفتقرة إلى المتعة، والتأكيد على نجاحه حين يحصل على المكافآت.

12. توظيف الروتين لتعزيز العلاقة: أكمل الجدول الآتي حول منجزات الأسبوع الأول من الروتين، واحرص على عدم التصنع أو التكرار فيما تظهره من التقدير كيلا يفقد معناه:

المهام المنجزة من قبل طفلي الإثنين **أظهرت التقدير لطفلي عبر**

______________ ______________

______________ ______________

الثلاثاء

الأربعاء، وهكذا دواليك.

القِسم الثَّاني

التعامل مع التمرد وعدم الامتثال

تختفي مظاهر التمرد، وعدم الامتثال، والعدوانية لدى طفلك بكل بساطة، وتوليٍّ دون رجعة، في بعض الأحيان، حين تنفذ إجراءات الوقاية الواردة في القسم الأول من الكتاب. يمكن لحظ الانسجام الناتج بوضوح في المنزل، بما يمنح الفرص العديدة للوالدين لمنع مشكلات الطفل السلوكية من الظهور مجدداً، عبر إطرائه، ومنحه التقدير، بصورة يومية.

تمنح إجراءات الوقاية والجداول الطفل، في العادة، شهراً من السلوك الحميد، ليعاود السلوك السلبي، المتمثل في التمرد وعدم الامتثال، الظهور بصورة مفاجئة غير متوقعة. يتمثل السبب في ذلك، وهو ما يحدث على الدوام بصورة تقريبية، في عودة النمط السابق من السلوك إلى تأكيد نفسه مجدداً، نتيجة رغبة الطفل في استعادة السيطرة. قد يسهم ذلك في زعزعة ثقتك، ويدفعك إلى التساؤل حول فاعلية الأثر الناتج عما اتبعته من أساليب الوقاية، والاعتقاد بإخفاقها، كغيرها مما لجأت إليه من وسائل، ومن ثمَّ يمكن أن تنزع، بدافع من اليأس والإحباط الشديدين، إلى التخلي عما اتبعته حديثا من إجراءات الوقاية. لا يجدر بك القيام بذلك، تحت أي من الظروف، بالنظر إلى ما تحققه من تقدم، فضلاً عن اتباع المسار الصحيح مع طفلك، مما يعني بلوغك المرحلة المقبلة من عملية المعالجة.

ستتعلم، في القسم الثاني، كيفية توجيه طفلك أثناء أي من مراحل الانتكاس تلك.

6

كسر
حلقة الإكراه

أشار جيرالد باترسون، أحد أوائل الباحثين/ العياديين في برامج التدريب السلوكية للوالدين، إلى وجود نمط مدمر للعلاقة بين الوالد والطفل، حين يتمرد الأخير بوضوح، داعياً ذلك النمط «حلقة الإكراه»[47].

تبدأ حلقة الإكراه بالتشكل حين يوجه الوالد الأوامر للطفل، ليرفض الأخير تنفيذها، صارخا، عوضاً عن الامتثال لوالده، مما يثير غضب الأخير، فيعمد إلى تكرار أوامره بقدر أكبر من الانفعال، ليقابله الطفل بمزيد من التحدي، فضلاً عن إمكانية ركله الحائط، أو رمي الأشياء، أو إطلاق الشتائم والتهديدات، مما يدفع بالوالد إلى التراجع عن أوامره في نهاية المطاف. يهدأ الطفل بالنتيجة، مما يشعر الوالد بقدر كبير من الارتياح، بينما تتملك السعادة الطفل، على حد سواء، لرفضه الإذعان إلى أوامر والده.

فكرة رئيسة:

تتشكل حلقة الإكراه، في العادة، حين يتمرد الأطفال بوضوح على والديهم.

يمكن أن يتضح أثر حلقة الإكراه، في أي من العوائل، على النحو الآتي:

جيمي ينال مراده

نادى الوالد جيمي، بينما كان يتصفح الصحيفة في المساء، قائلاً: «حان موعد الذهاب إلى السرير يا ولدي. أغلق التلفاز، وارتد ثياب النوم». تجاهل الطفل مطلب والده، ليعمد الأخير إلى تكراره بحدة أكبر، بعد مدة من الزمن، قائلاً: «قد حان موعد النوم، هيا تحرك الآن!».

صرخ جيمي بقوة، من غرفة المعيشة، قائلاً: «لا، أود متابعة فيلم «المبيد» حتى نهايته!».

عقب السيد بيرون بانفعال، بينما ألقى بالجريدة، واتجه إلى غرفة المعيشة، قائلاً: «قلت لك الآن، وأعني ذلك تماماً». ركض الطفل إلى المطبخ، حيث يوجد جهاز تلفاز آخر. أدرك السيد بيرون حتمية الصدام مع جيمي، إن قام بملاحقته وإرغامه على الذهاب إلى السرير، راغباً عن القيام بذلك، بالنظر إلى ما تعرض له من متاعب في العمل في ذلك اليوم، ورغبته في الاسترخاء، ولو مدة قصيرة، مما دفعه إلى مطالبة زوجه بالتدخل لحل المشكلة.

ردت زوجه قائلة إنها ستفعل، ما إن تنهي غسل الملابس، ليهدف كلامها إلى تهدئة زوجها لا أكثر. نظرت السيدة بيرون إلى ساعتها، فيما بعد، لتدرك أن الفيلم ينتهي بحلول انتهائها من غسيل الملابس، مما يعني توجه جيمي إلى السرير دون إثارة المتاعب.

لا يتسم المشهد السابق بالأهمية، كما تبدو عليه الحال. ما الذي يعنيه تأخر الطفل نصف ساعة عن موعد النوم، هل يمثل خطأً جللاً؟. لا تتمحور المشكلة حول ذلك، في الحقيقة؛ بل في كيفية حدوثه، حيث عمد الطفل إلى تأخير موعد نومه عبر إظهار التحدي لوالده. اضطر الأخير إلى سحب مطلبه (أو التراجع) لعلمه أن الإصرار على إذعان الطفل سيعني إصابته بنوبة شديدة من الغضب، ومن ثمَّ إفساد أمسية العائلة. لا يبشر ذلك بالخير، في الحقيقة، حيث يؤكد جيمي، بما لا يدع مجالا للشك، أنه يفعل ما يشاء في «منزله»، حين يشاء، فضلاً عن امتلاكه السيطرة، واستعداده للقيام بكل ما يكفل الحفاظ عليها.

منشأ حلقة الإكراه:

لا يدرك أي من الوالدين، على الإطلاق، كيفية تشكل حلقة الإكراه، حيث يحدث ذلك أثناء ما لا يتسم بالأهمية من المواقف، التي يعجز الوالد عن تذكرها، كما يحدث، على سبيل المثال، حين يدق الطفل الأوتاد الخشبية بقوة بوساطة مطرقته الخشبية، لتطالبه الأم بالتوقف عن ذلك، ليستجيب لمطلبها دقيقة واحدة، منتظرا انشغالها بأي من الأمور، قبل معاودة الكرة. يدرك الطفل حين يعاود إثارة الضجيج، ويلتزم والده بالصمت، أنه نجا بفعلته، مما يؤذن بتشكل حلقة الإكراه.

فكرة رئيسة:

تبدأ حلقة الإكراه بالتشكل حين يطالب الوالد الطفل، ويرفض الأخير الاستجابة، ويتراجع الوالد عن مطلبه في نهاية المطاف.

تعمد الأم، بعد بضعة أيام، إلى مطالبة طفلها بالتوقف عن دق الأوتاد ثانية، فيستذكر الطفل ما حدث في المرة السابقة، ليستجيب لمطلب أمه دقيقة واحدة، منتظرا انشغالها بأي من الأمور، قبل أن يعاود دق الأوتاد، ليفاجأ بحدوث تغيير في تلك المرة. تهرع الأم إلى الغرفة، حين يعاود الطفل دق الأوتاد، لتنتزع المطرقة بقوة من يده، وترميها في صندوق الألعاب.

يثير ذلك غضب الطفل إلى أبعد الحدود، ليعمد، ما إن تغادر أمه الغرفة، إلى أخذ المطرقة من الصندوق، ودق الأوتاد ثانية، فتستمع الأم إلى الضجيج المنبعث عن ذلك، ليرن الهاتف في حينه بصورة مفاجئة. تسمح الأم لطفلها بمتابعة دق الأوتاد، نتيجة انشغالها بالرد على الهاتف، مما يسهم في تدعيم حلقة الإكراه.

تتكرر الآلية السابقة، طوال الشهر المقبل، بما لا يشمل دق الأوتاد الخشبية بالضرورة، لتسأل الأم طفلها القيام بأمور أخرى، ويرفض الأخير، بصورة متزايدة، الاستجابة لمطالبها، ومن ثمَّ تأخذ حلقة الإكراه في التماسك كلما تجاهلت الأم عدم امتثال طفلها. يمكن أن يلهو الطفل مع قريبه في غرفته، ذات يوم، بما يثير الضجيج، لتطالبهما الأم، أثناء وجودها في غرفة المعيشة، بمواصلة اللعب في الخارج.

يرفض الطفل الاستجابة، بالنتيجة، لتنهض الأم عن مقعدها، وتتوجه إلى غرفته، عاقدة العزم على تلقينه ما يكفل الاستجابة لمطالبها من الدروس. تتراجع الأم في اللحظة الأخيرة، مع ذلك، مخافة إثارة الفضائح أمام الزائرين من الأقرباء، لتكتفي بإغلاق باب غرفة الطفل، وتعود إلى غرفة المعيشة، مما يجعل حلقة الإكراه، في تلك اللحظة، عصية على الكسر.

فكرة رئيسة:

تتماسك حلقة الإكراه إلى أبعد الحدود، بحلول الوقت الذي يدرك فيه الوالدان تمرد الطفل.

تمثل حلقة الإكراه، في صيغتها النهائية، نضالاً حقيقياً حول السيطرة، حيث يأمر الوالد الطفل مهددا، ليرفض الأخير الاستجابة بكثير من التحدي. ينتصر الأطفال المتمردون على الدوام، بصورة تقريبية، في ذلك الصراع، لقدرتهم على بذل الغالي والنفيس في سبيله. ينسحب الآباء من الصراع حول السيطرة، بالمقابل، حين تصبح كلفة الانتصار أكبر مما يقدرون على دفعه.

ثمن السكينة

عقبت السيدة وونغ، حين تم توضيح مفهوم حلقة الإكراه في جلسة لتدريب الوالدين، قائلة إنها تدركه على وجه التمام، بالنظر إلى انطباقه على العلاقة مع طفلها. أردفت السيدة قائلة: «بلغت الساعة التاسعة والنصف مساء، في ليلة البارحة، بما يتجاوز موعد نوم كليفورد إلى حد بعيد. سمعته من المطبخ، بينما كان يضع القرص المدمج في جهاز العرض، لأصرخ بأعلى صوتي قائلة: «أغلق الجهاز الآن، واذهب إلى الفراش!».

«توجهت إلى غرفة المعيشة، بعد عشر دقائق، لأجده يتابع فيلماً. عمدت إلى التقاط إحدى المجلات، وضربه على مؤخرته بواسطتها، قبل أن أخاطبه قائلة: «طالبتك بإغلاق جهاز العرض، والذهاب إلى الفراش، وقد عنيت ذلك».

«صرخ الطفل وكأنني ضربته بعصى غليظة، ليعمد إلى خرمشة ساقي، وإسالة الدماء مني. عمدت إلى ضربه بقوة بالمجلة على رأسه، ليعلي من صراخه، ويحاول القيام بعضي».

«تركت كليفورد وشأنه، بالنتيجة. أدركت أنني كنت أستسلم له، وقد كنت أعلم ما يمثله ذلك من خطأ كبير، ولكنني كنت متعبة كثيراً في حينه، من جراء يوم طويل شاق من العمل، وكنت بحاجة ماسة إلى القليل من السكينة».

حصلت السيدة وونغ على ما تحتاجه من سكينة. لم يكن ذلك يكلف الكثير، في بادئ الأمر، ولكن ثمنه بات باهظاً الآن، وسيصبح أكثر ارتفاعاً في الغد. يجد العديد من الآباء الكثير من الصعوبة في كسر حلقة الإكراه، على الرغم من إدراك حقيقتها، وما تلحقه من أذى بعوائلهم، ولكنها يجب أن تكسر في نهاية المطاف.

الطريقة التقليدية لكسر حلقة الإكراه:

يمكن أن تدعى تلك الطريقة لكسر حلقة الإكراه بالهجوم المباشر. يتسم الهجوم المباشر بالقوة والشدة لمواجهة تمرد الطفل، ويضعك في اختبار عسير للإرادات مع طفلك، بما يمثل صراعاً حقيقياً حول السيطرة.

فكرة رئيسة:

يمثل الهجوم المباشر لكسر حلقة الإكراه صراعاً على السيطرة بين الوالد والطفل.

يدافع بعض علماء السلوك عن استخدام الهجوم المباشر لكسر حلقة الإكراه[48,49]. لا يفتقر الهجوم المباشر، من الناحية النظرية على أقل تقدير، إلى البساطة والوضوح، حيث يدور بمجمله حول الثواب والعقاب. يتم إخبار الوالدين بضرورة استجابة أطفالهم إلى ما يعطون من أوامر، فضلاً عن عدم التراجع عنها، وإن تملك أطفالهم الكثير من الغضب. يعجز الآباء عن سحب مطالبهم لما يمثله ذلك من مكافأة لأطفالهم على ما يظهرونه من غضب. لذلك يتم إخبار الوالدين بضرورة معاقبة الطفل حتى يمتثل لأوامرهم، عوضاً عن التراجع عنها.

تتسم أدوات الهجوم المباشر بالكثير من الإغراء لبساطتها. لا يجدر بالوالدين، في ذلك السياق، سوى امتلاك العزيمة الكافية لعدم التراجع عن أوامرهم، ومعاقبة الطفل الرافض حتى يمتثل لها.

يشعر الآباء بالحرج، حين يطلعون على مفهوم حلقة الإكراه، من إمكانية سيطرة طفلهم على المنزل، فتعمد نوازعهم الداخلية إلى تحريضهم على مواجهته بصورة مباشرة، وهو ما يدفع العديد منهم، إضافة إلى ما يحملون أنفسهم من ذنب التساهل مع أطفالهم، إلى الدخول في نزاع حتمي على السيطرة.

مخاطر الهجوم المباشر لكسر حلقة الإكراه:

ينخرط الآباء، حين يقومون بالهجوم المباشر، في صراع على السيطرة مع أطفالهم، بحيث يربح أحد الطرفين ويخسر الآخر. يتمثل الطرف الرابح فيمن يمتلك القدرة على المعاقبة بصورة أكبر، حيث يجسد الأطفال ذلك الطرف، في كثيرٍ من الأحيان. إن تملَّك الغضب الطفل بما يكفي لإثارة المشكلات وإشعار الوالدين بالحرج، فسيضطر الوالدان، في معظم الأحيان، إلى التراجع عن مطالبهم، مما يعني خسارتهم في نهاية المطاف. لا يعني ذلك، بالتأكيد، سوى انتصار الطفل في الصراع على السيطرة، فضلاً عن تعزيز حلقة الإكراه، من قبل الوالدين، عوضاً عن كسرها.

يخسر الآباء -في عديدٍ من الأحيان- عند قيامهم بالهجوم المباشر، لعدم استعدادهم للتعامل مع ما يظهره الطفل المتمرد من عنف للفوز في الصراع على السيطرة. روت لنا إحدى الأمهات، ممن يطلبن مساعدتنا، على سبيل المثال، ما حدث حين حاولت إرغام طفلها على الامتثال لأمر بسيط يتمثل في «الذهاب إلى الفراش». عمدت الأم -بشيء من الغضب، حين سألت الطفل الذهاب إلى الفراش، ورفض الاستجابة لها- إلى حمله بقوة، وإرغامه على الجلوس في مواجهة الحائط. فعمد الطفل، بالنتيجة، إلى ضرب الحائط بقبضته، لتتضح آثارها عليه. سارعت الأم لإنزال الطفل عن الكرسي، قبل أن يُحْدِث حفرة في الحائط، لتفكر قائلة لنفسها: «سأتراجع هذه المرة فحسب، ولن أفعل ذلك مطلقاً في المرة المقبلة»، وقد كانت تعني ما تقول في حينه.

لم يمتثل الطفل -بعد بضع أمسيات- لمطلب أمه بالذهاب إلى الفراش، فعمدت ثانية إلى وضعه في مواجهة الحائط. فكرت الأم، في حينها، قائلة لنفسها: «لن يبرح الكرسي، هذه المرة، حتى يمتثل لمطلبي، ويذهب إلى الفراش».

أخذ الطفل في ضرب الحائط بقبضته، لتسيل الدماء منها، دون أن تتراجع الأم قيد أنملة. عمد الطفل فيما بعد -حين أدرك أن ضرب الحائط بقبضته لا يفي بإنزاله عن الكرسي- إلى ضرب رأسه بالحائط، لتسيل الدماء على وجهه.

هرعت الأم، مذعورة، لاحتضان طفلها، قبل أن تعمد إلى طمأنته، قائلة: «لا بأس. ماما تحتضنك» وبالنتيجة لم تسهم الأم في كسر حلقة الإكراه؛ بل عملت على تعزيزها.

فكرة رئيسة:

يتسم كسر حلقة الإكراه بما لا يمكن تخيله من الصعوبة.

إن عمد الآباء إلى كسر حلقة الإكراه، عبر الهجوم المباشر، فلا يمكن لهم الانتصار دون إيقاع ما يعجز الطفل عن تحمله من العقوبات، فضلاً عن معاقبته بأشد مما يعاقبهم.

كسر حلقة الإكراه-طريقة مختلفة:

توجد طريقة أخرى أكثر فاعلية وإيجابية لكسر حلقة الإكراه، تتضمن التوظيف الكامل لقوة الروتين. يستند نجاح تلك الطريقة للأسباب الآتية:

- يسهم الروتين في تحميل الطفل مسؤولية عدم امتثاله.
- يمكن الروتين الوالدين من استخدام أساليب داعمة مطورة؛ لتوجيه طفلهم نحو النجاح.
- يشجع الروتين الطفل المتمرد على تطوير الأساليب الكفيلة بتهدئة نفسه.

تحميل الطفل مسؤولية عدم امتثاله:

يمكن أن يمتنع طفلك عن أداء مهامه المفتقرة إلى المتعة -في نهاية المطاف- بغض النظر عما تظهره من نوايا حسنة، وتقدمه من دعم لمساعدته على إنجازها. يمكن أن يظهر الرفض

جلياً في نبرة الطفل، ونظراته، وملامحه. لا يمثل ذلك إلا ما هو متعمد من التمرد، ويشير إلى رغبة الطفل في مواجهتك، وعدم القبول بما هو أقل من ذلك، استناداً إلى رغبته القديمة في استعادة السيطرة. ومن ثَمَّ يعقد الطفل العزم على توريطك في نزاع جديد من أجل السيطرة، ملتمساً النصر فيه بغض النظر عما يتطلبه من أثمان.

ما الذي يمكن أن تفعله بذلك الصدد؟

لا شيء!، لا تمثل تلك مشكلتك!. لا يجدر بك إصدار الأوامر، أو تهديد طفلك، أو معاقبته، عند رفض تلك الأوامر، كي يمتثل لها.

يهمش الروتين من النزاع المدمر -على السيطرة- بين الوالد والطفل، عبر تحميل الأخير مسؤولية عدم امتثاله. اعتاد شارلي -البالغ ست سنوات، على سبيل المثال- القيام بما يشاء منذ العشاء حتى حلول موعد الذهاب إلى الفراش، الذي لم يكن يقصده بما يخالف رغبته. ومن ثَمّ عمد والدا الطفل إلى وضع جدول لأنشطته، لتسهم مع أساليب الوقاية -كما يحدث عادة- في تحسين سلوكه ثلاثة أسابيع، دون ظهور أيٍّ من علامات التمرد. وقعت المفاجأة، بكل الأحوال، في إحدى الأمسيات، حين رفض شارلي بشدة الاستحمام بشدة عند حلول الثامنة، ليهرع إلى المطبخ، عند الثامنة وخمس وعشرين دقيقة -قبل خمس دقائق لا أكثر من موعد تناول الوجبة الخفيفة، التي تسبق الذهاب إلى الفراش- ليسأل أمه قائلاً: «أين وجبتي الخفيفة؟».

سألت الأم شارلي -في حينها- قائلة: «ماذا يسبق تناول الوجبة الخفيفة حسب الجدول؟» ليدرك عدم إمكانية تناول الطعام دون التوجه إلى الحمام، مما يمكن ترجمته في أربع من الاستجابات المحتملة.

> **فكرة رئيسة:**
>
> يهمش الروتين من النزاع، على السيطرة، بين الوالد والطفل.

استجابات محتملة لعدم تلقي العطاء:

الاستجابة الأولى: طلب المساعدة. أدرك شارلي سريعاً عدم رغبة أمه في الدخول في نزاع على السيطرة لإرغامه على الاستحمام، دون أن تُعِدَ له الوجبة الخفيفة في الوقت

ذاته. عمد الطفل من ثَمّ إلى طلب المساعدة، بما يتسم بالانفعال ويفتقر إلى اللباقة، دون إبداء الأسف، وكأنه يحمّل أمه المسؤولية في إخفاقه بتطبيق الروتين، قائلاً: «حسناً، هل ستساعدينني على الاستحمام أو لا؟».

شعرت السيدة ويليامز برغبةٍ في مخاطبته قائلة: «سأساعدك في ذلك، ولكن ليس حين تتحدث إلي بتلك الطريقة!. إن أردت مساعدتي، فيجدر بك أن تطلبها بلباقة، وتقول: من فضلك». لم تفعل الأم ذلك، بكل الأحوال، فهي تدرك أن طفلها يجهل طلب المساعدة بغير تلك الطريقة. لم يمثل طلب الطفل -بالرغم من افتقاره إلى اللباقة- سوى التماس حقيقي للعون، فضلاً عما يرمز إليه من أهمية. أدركت الأم -من ثَمّ- أن الوقت لم يكن مناسباً لتعليم الطفل آداب السؤال، لتعمد إلى إعطائه الإجابة المناسبة عبر الموافقة على مساعدته في الاستحمام.

الاستجابة الثانية: تحضير وجبة الطعام بنفسه. حرصت السيدة ويليامز -حين رفض شارلي الاستحمام بشدة في تلك الأمسية- على أن يختبر طفلها عواقب قراره، وذلك بالامتناع عن تحضير وجبة طعامه التي تسبق النوم، لتُفاجأ بدخوله المطبخ، وتحضيره وجبته بنفسه.

أدركت السيدة ويليامز -من ثَمّ- أنها خسرت المعركة في تلك الأمسية، ولكن ذلك لا يعني خسارتها الحرب، بكل الأحوال؛ بل ضرورة اختبارها السبب وراء إخفاق الروتين في حينها.

لو توجه شارلي إلى المطبخ، في تلك الأمسية، وعثر على قطعة من الكعك في الثلاجة، فستعلم السيدة ويليامز ماذا ستفعل حينها، حيث إنها ستبعد الحلوى والأطعمة السريعة عن متناول الطفل في المرة المقبلة، بما يعني إشرافها على العطاء مجدداً، وإعادة الزخم للروتين.

لو عمد الطفل، في احتمال آخر، إلى إعداد شطيرة من زبدة الفستق، في تلك الأمسية، فسيتعين على الأم تعلم ما هو مختلف من الدروس. ستدرك الأم، في حينها، فقدان السيطرة على ما يُمنح للطفل من عطاء، مما يعني ضرورة إيجاد وسائل جديدة لمكافأة الطفل عقب الاستحمام، بما يخضع لإشرافها وسيطرتها. لا يتسم الحل لاستعادة السيطرة، في تلك الحالة، بكثيرٍ من الصعوبة. إن أحب الطفل الكعك أو الفطائر المحلاة، على سبيل المثال، فيمكن للأم أن تحدد بمشاركة الطفل -في بداية كل أسبوع- ما تحويه وجبته الخفيفة من

تلك الأطعمة في كل من الأمسيات. يعجز الطفل عن خبز الكعك أو الفطائر المحلاة، بالتأكيد، فضلاً عن جلب محتوياتها من السوق، مما يعني استعادة سيطرة الأم على العطاء مجدداً.

الاستجابة الثالثة: الشعور بالغضب. تملّك شارلي الغضب الشديد من جرّاء حرمانه من الحصول على وجبة طعامه في تلك الأمسية. لم تمثل نوبة الغضب تلك -بالرغم من اتسامها بالشدة- سوى عمل مسرحي مصطنع يهدف -كما في معظم نوبات غضبه- لدفع الأم إلى التراجع عن قرارها، بحرمانه من الوجبة الخفيفة، دون تنفيذ الشق المتعلق بالاستحمام.

لم يصعب على السيدة ويليامز تجاهل غضب طفلها، على ضوء إدراكها تلك الحقيقة. ومن ثَمّ لم يحظ عرض الطفل المسرحي بمن يتابعه من المشاهدين، لتتوجه الأم إلى غرفة المعيشة، وتعمد إلى قراءة إحدى المجلات.

استمرت نوبة غضب شارلي، لسوء الحظ، حتى الثامنة وخمسين دقيقة، بما يعني انتهاء الوقت المخصص لتناول وجبته الخفيفة. وبالنتيجة تعيّن على شارلي الانتقال إلى النشاط المقبل بعد الإخفاق في الاستحمام، والحرمان من وجبته الخفيفة على حد سواء.

حرصت الأم، فيما بعد -حين هدأت ثورة طفلها، وبات مستعداً لتلقي العون، كما بدت الحال عليه- على إعادة توجيه اهتمامه نحو ما يتعين عليه إنجازه من المهام المفتقرة إلى المتعة، بغية الحصول على المكافأة الآتية. وبالنتيجة خاطبت الأم طفلها قائلة: «سننهي قراءة كتاب الديناصورات الليلة. هل أنت مستعد لتنظيف أسنانك، قبل التوجه إلى السرير؟».

أجابها الطفل، بصوت أقرب إلى النحيب، قائلاً: «أود تناول وجبتي» في محاولة أخيرة لإرغامها على التراجع، أو الدخول في مواجهة معه. لم ترضخ الأم لذلك، بكل الأحوال، لتتجه إلى لوح التواصل، وتأخذ البطاقة الخاصة بتنظيف الأسنان، قبل أن تسلمها للطفل بهدوء، قائلة: «سأحضر كتاب الديناصورات، وأكون في انتظارك».

الاستجابة الرابعة: الانهيار. تعرض الطفل لانهيار عاطفي حين علم بعدم حصوله على وجبة طعامه في تلك الأمسية. يشبه الانهيارُ العاطفي نوبةَ الغضب في بعض المناحي، ليختلف عنها في مناحي مهمة أخرى. يفقد الأطفال، حين يصابون بالانهيار العاطفي، القدرة على التفكير المنظم للسلوك[50]، بما يعني توقف الدماغ عن إرسال الإشارات إلى اللحاء الجبهي

-الجزء المسؤول عن تحديد الأهداف، ووضع الخطط لتنفيذها- لتتجه طاقة الدماغ بصورة مباشرة، عوضاً عن ذلك، إلى الجهاز الحوفي - الجزء العاطفي من الدماغ، المسؤول عن الاستجابة إلى التهديدات عبر الفرار أو المواجهة.

يمكن أن ترى آثار الانهيار العاطفي بوضوح على الأطفال، حيث تكتسي أعينهم بطبقة رقيقة لامعة، بما يوحي بعدم القدرة على الرؤية، أو الانقطاع عن التواصل والإدراك، فضلاً عن اكتساء وجوههم بالبياض أو الحمرة، وتشنج عضلات أذرعهم، وبروز العروق في رقابهم، وافتقار أفعالهم إلى السلامة والعقلانية، بما يعد الأكثر أهمية. ينزع الأطفال، عند تعرضهم للانهيار العاطفي، إلى تدمير الممتلكات وإيذاء الآخرين، وأنفسهم في بعض الأحيان.

من ثَمّ أدركت السيدة ويليامز -حين طرأت تلك التغييرات على طفلها- أن اللجوء إلى تهدئته، فضلاً عن استخدام المنطق، أو إخضاعه لعاقبة سلوكه، لا يمكن أن يساعد في تلك الحالة. توقف الجزء المنظم للسلوك، في دماغ الطفل، عن العمل بصورة مؤقتة، ولم يكن للأم سوى السيطرة الجسدية عليه، لتمنع تدمير الممتلكات وإيذاء الآخرين.

التقييد الجسدي:

يضطر الآباء، في عديدٍ من الأحيان، إلى السيطرة الجسدية على الطفل، حين يصاب بالانهيار العاطفي، وذلك منعاً لتدمير الممتلكات أو إيذاء أيٍّ من الأشخاص.

تتمثل الطريقة المتبعة، في تلك الحالة، في الوقوف خلف الطفل، والإمساك بمعصمه الأيسر بيدك اليمنى، ثم الإمساك بمعصمه الأيمن بيدك اليسرى. عمدت السيدة ويليامز -حين أمسكت بمعصمي الطفل- إلى تثبيت ذراعيه إلى ظهره، قبل أن تقوم، مباشرةً، بإنزاله إلى الأرض، عبر ثني ركبتيه من الخلف بوساطة ركبتيها. وبالنتيجة نزل الطفل إلى الأرض حين انثنت ركبتاه، نتيجة فعل الجاذبية.

ومن ثَمّ جلست السيدة ويليامز وطفلها على الأرض بالاستناد إلى ركبهما، وقد كانت تمسكه بقوة من الخلف. عملت السيدة ويليامز -عند بلوغ تلك المرحلة- على حماية وجهها، في حال ضربها الطفل برأسه من الخلف، عبر إدارة وجهها، وتثبيت خدها إلى قمة كتفي الطفل.

سعى شارلي بكل قوته للتخلص من تلك الوضعية، ليشعر بالمزيد من الإحباط من جرّاء إخفاقه، صارخاً في أمه بأعلى صوته: «اتركيني، اتركيني الآن!».

ردت السيدة ويليامز بهدوء قائلة: «سأتركك ما إن تتمكن من السيطرة على نفسك. يتعين عليك أن تهدأ» توقف الطفل عن المقاومة، تدريجياً، لتخفف الأم من قبضتها عليه، في إشارة واضحة إلى معاملته بالمثل. عمدت السيدة ويليامز إلى سؤال شارلي، عقب انتهاء الحالة، كما بدت الحال عليه، قائلة: «هل هدأت الآن؟».

خففت الأم من قبضتها بصورة إضافية، عند إجابة الطفل بالإيجاب، وتوقفه عن المقاومة. ولم يعوزها الحذر، مع ذلك، لعلمها أن إجابة الطفل يمكن أن تمثل خدعة لا أكثر -اعتاد شارلي، في بعض الأحيان، عند إطلاق سراحه- العودة إلى السلوك الذي اقتضى تقييده في المقام الأول. ومن ثَمّ عمدت السيدة ويليامز إلى التخفيف من قبضتها تدريجياً، بينما امتلكت الاستعداد الكافي لإعادة تقييد الطفل عند ظهور أولى علامات التمرد.

يجدر بالوالد التحلي بالهدوء، عند اتباع تلك الإجراءات، فضلاً عن السيطرة على عواطفه، وعدم قول الكثير عند التخفيف من السيطرة الجسدية على طفله. يفضّل، بكل الأحوال، ألا يزيد في القول عما ورد في المثال السابق.

أوضح للطفل ومرّنه:

إن زادت احتمالات إصابة طفلك بالانهيار العاطفي، فيجدر بك أن توضح له، في أيٍّ من أوقات السكينة، كيفية استجابتك حين يفقد القدرة على التحكم بنفسه، فضلاً عن سبب القيام بذلك. يجدر بالشرح أن يتسم بالقصر والمباشرة. يمكن أن تخاطب طفلك، بذلك الصدد، قائلاً: «تقوم، في بعض الأحيان، بما يمكن أن يؤذي الآخرين أو يضر بالممتلكات، ولا بد من مساعدتك حين تفعل ذلك. دعني أريك ما سأفعل لمساعدتك». يجدر بالوالد، فيما بعد، أن يشرح الإجراءات الواردة في المثال السابق، بينما يخاطب طفله قائلاً: «سأمسك بك بتلك الطريقة لمساعدتك على استعادة هدوئك، وسأتركك ما إن يحصل ذلك».

يقاوم الأطفال الفكرة، في بادئ الأمر، قبل أن يتقبلوا ضرورتها بمرور الزمن. لا يتقبل عديدٌ من الأطفال، في الواقع، تقييدهم من قبل الوالدين فحسب؛ بل يرحبون بذلك -على

حد سواء- حين يدركون ما يسهم به تقييدهم في منع إيذاء الآخرين، وتدمير الممتلكات، والحفاظ على سلامتهم الشخصية.

تعليم الأطفال كيفية السيطرة على النفس:

إن كنت بحاجة لتقييد طفلك من وقت لآخر، فيجب أن يتعلم كيفية تهدئة نفسه قبل الإصابة بالانهيار العاطفي. يمكن أن تعلّم طفلك كيفية القيام بذلك.

تندرج قصة الطفل راندي -البالغ ثماني سنوات- في ذلك السياق. حُرِمَ راندي -حين رفض مشاركة العائلة في ترتيب المنزل وذلك بجمع أغراضه- من العائد المتمثل في مشاهدة برنامجه المفضل. ومن ثَمّ عمد الطفل في ثورة من الغضب، إلى التقاط الوسادة الموجودة على الأريكة، ورميها على المصباح، مما أدى إلى تحطيمه، قبل أن يضرب الحائط بقبضته، لتظهر آثارها عليه. لم تمثل تلك نوبة غضب تهدف إلى تحقيق مآرب الطفل، بالنظر إلى ما اكتسى عينيه من لمعان، ووجهه من بياض، بما يدلل على تعرضه لانهيار عاطفي. ومن ثَمّ أدرك السيد مكفرلاند ضرورة السيطرة الجسدية على الطفل، منعاً لتدمير مزيد من الممتلكات.

راندي يتولى السيطرة

توجه السيد مكفرلاند إلى غرفة نوم راندي، في تلك الأمسية، قبيل حلول موعد النوم، ليقرأ القصة لطفله. خاطب السيد مكفرلاند راندي، بينما كان يمهد وسادته، قائلاً: «أتساءل عن ماهية شعورك اليوم، حين اضطررنا إلى تطبيق إجراءات السيطرة الجسدية».

أجاب الطفل، في محاولة لإنهاء الحوار، قائلاً: «لا أدري. حسبك أن تقرأ».

- «سأفعل، ولكنني أود أن نتناقش فيما حدث قبلاً. أتساءل عما إذا كنت ترغب في إيجاد طريقة لتجنب حدوث ذلك».

أجاب الطفل بالإيجاب، بما لا يخلو من فتور.

- «حسناً، فلنفكر معاً. هل يوجد ما يمكن القيام به لتكبت من غضبك، حين تشعر بالاستياء؟».

- «ما الذي تعنيه؟».

- «أعمد، حين أشعر بالغضب، إلى الجلوس على كرسي، وقراءة المجلة، لأتوقف عن التفكير، بعد بضع دقائق، فيما جعلني أغضب في المقام الأول. تنجح تلك الطريقة في تهدئتي، فما يمكن أن ينجح في تهدئتك، من وجهة نظرك؟».

- «لا أود قراءة شيء. يحول غضبي، عند شعوري بالاستياء، دون جلوسي وفعل أي من الأشياء!».

-«تبلي حسناً في تعيين ما لا يفيدك من الطرائق. تتبع طريقة جيدة في التفكير. ماذا يمكن أن ينجح في تهدئتك إذاً؟ هل لديك أيٌّ من الأفكار بذلك الصدد؟».

- «لا».

- «فلنفكر في أي من الأماكن التي تكفل تهدئتك بالقدر الأكبر داخل المنزل. هل يمكن أن يتمثل في المطبخ، أو غرفة المعيشة، أو غرفة نومك؟».

- «غرفة نومي».

- «من ثَمّ يعني ذلك أنها المكان الذي يجب أن تلجأ إليه عند شعورك بالغضب؟».

- «نعم».

- «وماذا ستفعل داخل غرفتك؟».

- «أُمسِك بالوسادة، وألكمها مراراً حتى يزول غضبي».

- «راندي، يبدو أنك تملك خطة جيدة للسيطرة على غضبك. ستذهب إلى غرفتك وتلكم الوسادة مراراً حتى يزول غضبك. تمثل تلك خطة رائعة. هل ترغب في تجربتها؟».

- «بالتأكيد».

اجعلها رسمية:

طوّر ويليام غلاسر مقاربة حل المشكلات الآتية -المتمحورة حول الطفل- في كتابه «المعالجة بالواقع». أكد غلاسر أن الطفل يلتزم بخطته، بقدر أكبر، حين تتم صياغتها فيما يشبه الوثيقة الرسمية، الممهورة بالتواقيع(51). ومن ثَمّ عمد السيد مكفرلاند إلى طباعة الوثيقة الآتية:

خطة راندي

المشكلة: أعمد إلى رمي الأشياء، في بعض الأحيان، حين أشعر بالغضب. رميت الوسادة، ذات مرة، لتصيب المصباح، وتطيح به، وتحطمه بالنتيجة. أدفع الآن ثمنه من مصروفي.

التهدئة: تتمحور خطتي، حين أشعر بالغضب، حول الذهاب إلى غرفتي، ولكم الوسادة مراراً حتى يزول غضبي.

العون المطلوب: سؤالي، من قبل أمي أو أبي، عما إذا كنت بحاجة للذهاب للكم وسادتي، ومنحي الخيار فيما أرتأيه مناسباً.

______________	______________
راندي مكفرلاند	مارك مكفرلاند
______________	______________
مايفس مكفرلاند	التاريخ

الالتزام:

يجدر بك السماح لطفلك بإخبار الآخرين بخطته، إن رغبت في مساعدته على الالتزام بها. ومن ثَمّ يجدر بالطفل إطلاع ثلاثة من الأشخاص -على أقل تقدير- على خطته. عمد راندي، إضافة إلى إعلام والديه بخطته، إلى إطلاع معلمته في الصف الثالث، والسيدة كيرل، المسنة التي تحضر إلى المنزل، بين الفينة والأخرى، لرعايته، على تلك الخطة أيضاً. وقبلاً أعلمت السيدة مكفرلاند السيدتين برغبة طفلها في إطلاعهما على ما هو مهم من الأمور، بغية حضهما على الإصغاء بمزيد من الاهتمام لخطته.

المظاهر السابقة/ المسببات:

يعجز الأطفال المتمردون عن إدراك الأحداث المسببة لانهيارهم العاطفي. يحتاج الأخيرون، من ثَمّ، للوالد أو مانح الرعاية لمساعدتهم في معرفة ما يمكن أن يدفعهم للإصابة بالانهيار.

تمثل تلك فائدة أخرى للروتين. لا يتعرض الطفل للانهيار، حين يعمل بالجداول، إلا نتيجة لما هو رئيس، ومنفرد، ومن الأسباب: عدم إنجاز المهام المفتقرة إلى المتعة، التي تخوّله الحصول على المكافآت. لا يصاب الطفل بالانهيار، بكل الأحوال، كلما حُرم من العطاء، ولا يحدث ذلك إلا في بعض الأحيان، بما يشمل بعض المكافآت. ينزع الأطفال، في تلك الحالة، إلى التعبير عن غضبهم بطرائق مختلفة، بما يشمل إثارة الجلبة، والجدال، بينما يعمد قلة منهم إلى التراجع. يمكن للوالد معرفة المؤشرات الدالة على غضب طفله، بغض النظر عن ماهيتها. ومن ثَمّ يجدر بك عند رؤية المظاهر التي تسبق الانهيار العاطفي، أن تعمل على مساعدة طفلك في تطبيق خطته.

تمثل مسبب الانهيار العاطفي، في حالة راندي، في عدم مشاهدة برنامجه التلفازي المفضل. سُبق ذلك، بكل الأحوال، بما هو مبكر من المسببات. اتخذ راندي خطوته الأولى نحو الإصابة بالانهيار العاطفي بمجرد إخفاقه في إنجاز المهمة المفتقرة إلى المتعة، التي تخوله مشاهدة برنامجه التلفازي المفضل. ومن ثَمّ عمد السيد والسيدة مكفرلاند نتيجة معرفتهما بذلك، إلى مساعدة طفلهما في تنفيذ خطة تهدئته الذاتية، قبل وقت طويل من تحول غضبه إلى انهيار عاطفي. خاطب الوالدان الطفل، حين أدركا إخفاقه في أداء المهمة المفتقرة إلى المتعة، وتراكم غضبه، قائلَيْن: «راندي، هل يفيدك الذهاب لِلَكم وسادتك بعضاً من الوقت؟».

فكرة رئيسة:

يحتاج من يصابون بالانهيار العاطفي من الأطفال إلى الوالد أو مانح الرعاية لمساعدتهم في معرفة ما يمكن أن يدفعهم للإصابة بالانهيار، وذلك يمكّنهم من اتقاء حدوثه.

لعب الأدوار:

يحتاج الأطفال إلى ممارسة السلوك الجديد حين يحاولون تغيير سلوكهم القديم. يستدعي ذلك القيام بلعب الأدوار، بما يسمها بالواقعية بصورة تدريجية، بحيث يصعب تمييزها عن الحدث الحقيقي في نهاية المطاف. يتسم لعب الأدوار بالأهمية لاثنين من الأسباب: الأول، مساعدة الطفل على ممارسة السلوك الوقائي الجديد، واختبار ما يتخلله من عوامل سمعية وبصرية، بما يسهم في تحوله إلى عادة تلقائية. الثاني، إعلام الطفل بإمكانية خروجه رابحاً، بالرغم من ارتكابه الأخطاء.

عمد السيد مكفرلاند إلى لعب الأدوار، بضع مرات، مع طفله راندي، ليخاطبه في المرة الأولى، بما يتسم بالبساطة، قائلاً: «راندي، هل تحتاج وسادتك اللكم؟»، ليذهب الطفل المبتسم إلى غرفته للقيام بذلك. عمد السيد مكفرلاند، في المرة الثانية، إلى مطالبة راندي بعدم إنجاز المهمة المفتقرة إلى المتعة، وتصنع الغضب، قبل أن يسأله قائلاً: «راندي، هل تحتاج وسادتك اللكم؟».

طالب السيد مكفرلاند راندي، في المرة الثالثة، بعدم إنجاز المهمة المفتقرة إلى المتعة، وتصنّع شديد الغضب، من جرّاء حرمانه المصطنع من متابعة برنامجه المفضل، بما يوصل الأمور إلى حافة الانهيار العاطفي، قبل أن يخاطبه قائلاً: «راندي، هل تحتاج وسادتك اللكم؟» عمد السيد مكفرلاند، فيما بعد -عقب توجه الطفل إلى غرفته، وقيامه بلكم الوسادة بضع مرات- إلى مخاطبته قائلاً: «كان تمثيلك عظيماً يا راندي. فلنقم الآن بإنجاز المهمة المفتقرة إلى المتعة، فعلياً، كي تتمكن من متابعة برنامجك المفضل».

الجدولة الذاتية للخطة:

تمكن جدولة السلوك المستهدف الأطفال من استذكاره، وتمنحهم الفرصة للتمرن الذهني على تنفيذ خططهم. عمد راندي، بالنتيجة، إلى الجدولة الذاتية لخطته على النحو الآتي:

تطبيق خطتي

الهدف: التوجه إلى غرفتي، حين أشعر بالغضب، فضلاً عن الاستلقاء على السرير، ولكم وسادتي.

سأعمد إلى إكمال هذا الجدول، الذي يغطي أسبوعاً واحداً، في كل أمسية، عبر وضع إشارة في المكان المناسب.

	السبت	الأحد	الإثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة
لم أحتج الخطة							
احتجت الخطة، وطبقتها							
احتجت الخطة، ولكن لم أطبقها							

يقدم قليلٌ من الجدولة الذاتية العون، ولا يحبذ الإكثار منها. تستكمل الغاية القصوى للجدولة الذاتية في أسبوع واحد، لا أكثر، بما يجسد المدة الزمنية المطلوبة لحفظ الخطة من قبل الطفل، والتمرن على تطبيقها. يتمحور السؤال -ما إن يلم الطفل بالخطة- حول إمكانية نجاحها. لا يستلزم المزيد من الجدولة لضمان ذلك. لا تحتاج الجدولة الذاتية -بعد مضي أسبوع- إضافة إلى ذلك، إلى كثيرٍ من التفكير لإنجازها.

لا إخفاق:

في بعض الأحيان تخفق الخطة الأولى كما في السابق، وعند حدوث ذلك لا تقل أن طفلك أخفق، أو حتى تلمّح إلى ذلك. تتجسد الحقيقة، بالأحرى، في أن الخطة هي التي أخفقت طفلك، لاحتوائها على مكامن الخلل. ومن ثَمّ يجدر بالوالد حين تخفق الخطة، أن يخاطب الطفل قائلاً: «تمثل الخطة بداية جيدة، ولكنها تحتاج إلى بعض التعديلات، كما تبدو الحال عليه. فلنفكر فيما يمكننا فعله بذلك الصدد». يدرك الطفل على الدوام، بصورة تقريبية، أسباب إخفاق خطته، ويمكن له تقديم ما هو جيد من الاقتراحات لتعديلها، كي تحقق النجاح المطلوب في نهاية المطاف.

فكرة رئيسة:

إن لم يطبق طفلك الخطة، فلا يعني ذلك إخفاقه. تتجسد الحقيقة، بالأحرى، في أن الخطة أخفقت طفلك.

*****

تطبيقات

1. تحميل الطفل مسؤولية تمرده: لا يمكن تحميل الطفل المسؤولية عن الإخفاق في تطبيق الروتين ما لم تعمل على ذلك، بما يعني عدم إعطاء أوامر «ألفا»، أو إطلاق التحذيرات، حين يكافح الطفل لإنجاز ما يحويه جدوله من مهام تفتقر إلى المتعة. يجدر بك -للحول دون إعطاء أوامر «ألفا» وإطلاق التحذيرات- أن تكمل التمرين الآتي، باثنتين أو أكثر من المهام، أثناء الأسبوع الأول لتطبيق الروتين:

المهمة المرفوضة من قبل الطفل	كيفية توظيف فاعلية الروتين
8: 10 لم يبدأ كليفورد الاستحمام.	سؤاله: «ماذا ينص عليه جدولك؟».
8: 50 لم ينظف رستي أسنانه.	سؤاله: «ما ينص عليه الجدول قبل الاستماع إلى القصة؟».
8: 45 لم يُنْهِ جستين الاستحمام.	حرمانه من الوجبة الخفيفة.
____________	____________
____________	____________

2. كن مساعداً: يمنحك الطفل الفرصة لمساعدته، حين يكافح لإنجاز مهامه المفتقرة إلى المتعة. تتمثل إحدى طرائق القيام بذلك في طرح الأسئلة (عوضاً عن توجيه الأوامر) بما يساعد الطفل في التركيز على ما يؤديه من مهام. يمثل توفير الخيارات ما هو جيد من السبل لإنجاز ذلك، بما توضحه الأمثلة الآتية:

هل تود اللعب بالبطة في حوض الاستحمام، أو تود اللعب بالقارب؟

هل تود أن أملأ الحوض بالماء، تمهيداً للاستحمام؟

متى يحين وقت وجبتك الخفيفة؟

كافح الطفل لإنجاز	**ساعدته عبر سؤاله**
______	______
______	______
______	______

3. هل يمكن أن يُظهر طفلك، من أنماط السلوك، ما يهدد الصحة، أو السلامة، أو الممتلكات؟

______ نعم ______ لا

إن اخترت الإجابة بنعم، فاعمل على إيجاد الوقت المناسب لمحادثة طفلك بصورة مقتضبة. يجدر بك أن تتسم بالصراحة واللطف أثناء الحديث. يمكن أن تخاطبه، بذلك الصدد، قائلاً: «بني، تتوافر الفرصة بحسب اعتقادي، حين تشعر بالاستياء، لقيامك بما يمكن أن يؤذي الآخرين ويضر بالممتلكات. لا نفعل ذلك في منزلنا. ومن ثَمّ دعني أريك ما سأفعل لمساعدتك على تهدئة نفسك» يجدر بك، فيما بعد، أن تشرح الإجراءات المتبعة للسيطرة الجسدية على طفلك.

4. مساعدة الطفل على تهدئة نفسه: أكمل الخطة الآتية:

[اسم صاحب] ______ الخطة

السلوك المقلق: ______

خطة التهدئة الذاتية: ______

العون المطلوب: ______

______ ______ ______

[توقيع الوالد] [توقيع الطفل] [التاريخ]

أ. اطبع الخطة.

ب. امهرها بالتواقيع.

ج. مكّن الطفل من إطلاع ثلاثة أشخاص، على الأقل، على تفاصيل خطته.

د. ادفع الطفل -باستخدام الجدول الوارد في ص 146- إلى الجدولة الذاتية لما يملكه من مقدرة على اتباع الخطة أسبوعاً من الزمن.

5. إنِ استمر الطفل في إطلاق ثورات غضبه بما يهدد سلامة الآخرين، أو الممتلكات، فلا يعني ذلك إخفاقه؛ بل إخفاق الخطة. اعمد إلى كتابة خطة جديدة.

7

قواعد وأدوات

تحتاج المنازل إلى ما هو منطقي من القواعد. أظهر التاريخ على الدوام عدم التزام الناس بما يفتقر إلى المنطقية من قواعد، كما حدث في الولايات المتحدة، في العام 1920، على سبيل المثال، حين صدر قانون حظر الكحول، ليزيد استهلاك الأمريكيين لها، عوضاً عن انخفاضه، بالنظر إلى قناعة معظمهم بأحقيتهم في استهلاك المشروبات الكحولية[52]. يستجيب الأطفال بالطريقة ذاتها، رافضين ما يفتقر للمنطقية من قواعد. ويتعين على الوالدين -حين يضعون القواعد لأطفالهم- مقاومة النزعة إلى وضع ما هو طويل من اللوائح المرهقة. تعوز الصحة الاعتقاد المتمثل في زيادة السيطرة عبر زيادة عدد القواعد، ليسهم فيما هو عكسي من النتائج، عبر الخلط بين ما يتسم بالضرورة من تلك القواعد ويفتقر إليها، فضلاً عن استنزاف الطاقات، بما يزيد الطين بلة، فيما هو عبثي من المعارك.

تحفظ القواعد الضرورية سلامة المنزل، وتدفع عجلة الحياة داخله. يستلزم ذلك ثلاثاً منها، لا أكثر:

- عدم لجوء ساكني المنزل إلى إيقاع الأذى الجسدي بأيٍّ من الأفراد، أو بأنفسهم، أو التهديد بذلك.
- عدم إضرار ساكني المنزل بممتلكات أيٍّ من الأفراد، أو التهديد بذلك، فضلاً عن سرقتها أو الاستيلاء عليها.
- عدم قيام أيٍّ كان بما يحرم الآخرين من حقهم الرئيس في التمتع بالحياة داخل المنزل.

تتسم القاعدتان الأوليان بالمنطقية في نظر الأطفال. يدرك الأخيرون، حين يتعلمون المشي -بصورة غريزية- أنه لا يجدر بهم إيقاع الأذى بالناس، بينما يدرك من يدخلون الحضانة أنه لا يجدر بهم تحطيم أغراض الآخرين، أو الاستيلاء عليها. يصعب على الأطفال، بصورة أكبر، إدراك القاعدة الثالثة. يمكن توضيح الأخيرة عبر الفكرة الآتية: يتوقع كل من أفراد العائلة، حين يعيشون معاً في المنزل، أن يحظوا بحقوق رئيسة، بما يشمل -على سبيل المثال- الحق في النوم الهادئ ليلاً. لا يحق لطفل في الخامسة من العمر أن يثير الضجيج في المنزل، في الثانية صباحاً، بما يرغم أمه على النهوض من السرير، ومطالبته بالكف عن ذلك. يملك أفراد العائلة الحق في التمتع بوجبتهم دون أن يطلق أحدهم ثورة غضبه على المائدة، ويطيح بأطباقها. لا يجدر بأي من أفراد العائلة الاستيقاظ فجأة من النوم، عند الثالثة صباحاً، على وقع ما يديره طفل -في الثانية عشرة- من الموسيقى الصاخبة. تطول لائحة الحقوق الرئيسة التي يتوقعها أفراد العائلة بذلك الصدد، ولكنها يمكن أن تُجمل فيما يصف «المواقف الرمادية» من العبارات: يمكن أن يتسم توصيفها بالصعوبة، ولكنها تدرك على الفور حين يختبرها الإنسان.

تنطبق القواعد الثلاث السابقة، بكل الأحوال، على جميع أفراد العائلة. لا يحق للطفل أن يؤذي الأم، على سبيل المثال، كما لا يحق للأم أن تؤذي طفلها.

يجدر بالوالد -إضافة إلى توخي المنطقية فيما يضعه من قواعد- أن يوجد ما يدفع من الأسباب للتقيد بها، بما يعني إيجاد العواقب حال خرق القواعد. ولكن ماذا يمكن أن تتمثل به تلك العواقب؟

البحث عن العواقب المناسبة:

المعاقبة:

أول ما يتبادر إلى الذهن -حين يخرق الأطفال القواعد- هو ضرورة معاقبتهم. يمكن تعريف المعاقبة -في سياقها المتمحور حول النظرية السلوكية- بضرورة قيام الوالد بعمل ما ضد الطفل، بغية التقليل من قابلية الأخير لكسر القواعد ثانية[53]. تكتسب المعاقبة من منظور العامة، مع ذلك، ما هو أكثر مباشرة من المعاني، بما يعني القيام بعمل ما ضد الطفل، بغية دفعه إلى الندم بشدة على ما اقترف، وعدم تكرار فعلته مخافة تعرضه للعقاب.

يتبادر الضرب على المؤخرة إلى الذهن مباشرةً، عند الحديث عن المعاقبة. يتسم الضرب على المؤخرة، في الواقع، بالشيوع فيما يتعلق بتأديب الأطفال، بحيث تشجع إحدى المقولات على استخدامه: «وفر العصا وافسد الطفل». يعتقد العديد من الناس، إضافة إلى ذلك -بما يشمل بعضاً من علماء السلوك[54]- بفاعلية تلك الطريقة في المعاقبة.

يمثل «التصحيح المفرط» وسيلة أخرى للمعاقبة[55]، بما يعني إرغام الطفل -حين يرتكب الأخطاء- على القيام بالفعل الصائب مراراً. لا يهدف التصحيح المفرط إلى تعليم الطفل ما هو جديد من المهارات؛ بل إذلاله بحيث يحجم عن تكرار خطئه، كما يحدث، على سبيل المثال، حين يضبط المعلم الطالب وهو ينزل درج المدرسة جرياً على قدميه، ليعمد إلى مطالبته بصعوده وهبوطه بتؤدة خمساً وعشرين مرة.

تجسد «كلفة الاستجابة» وسيلة ثالثة للمعاقبة[56]، ولا بد لتطبيقها من إيجاد ما يحفز الطفل قبل أن يعمد إلى خرق القواعد، كما يحدث، على سبيل المثال، حين يعلن المعلم -في بداية الأسبوع- عن مكافأة لمن يحصّل عشرين درجة من الطلاب عبر مشاهدة فيلم فيما بعد ظهيرة الجمعة. يعتمد المعلم في مقاربته على منح الطالب درجة واحدة على إنجاز الفرض المدرسي في موعده المحدد، وحرمانه من درجتين حال عدم القيام بذلك. تمثل كلفة الاستجابة ما يتسم بالسلبية من أنظمة المكافأة. تتجسد الناحية السلبية -حال إخفاق الطفل في اتباع السلوك المطلوب- في حرمانه مما بذل الجهد لاستحصاله، مما يجسد روح المعاقبة في تلك الطريقة، التي تسبب الأذى لمشاعر الأطفال المتمردين، وتزيد من حنقهم إلى أبعد الحدود.

يمثل «الوقت المستقطع» إحدى الوسائل الشائعة والمعتمَدة بصورة كبيرة لمعاقبة الأطفال[57]. يعمد الآباء -عند اتباع تلك الطريقة- إلى إجلاس الطفل على كرسي في مواجهة الحائط، وإبقائه على تلك الوضعية مدة من الزمن، حتى تتحقق شروط معينة. تتمحور القاعدة المتبعة -فيما يتعلق بالوقت المستقطع- حول إجلاس الطفل على الكرسي بما يعادل دقيقة لكل سنة من العمر[58]، بما يعني، على سبيل المثال، جلوس طفل في السادسة ست دقائق في مواجهة الحائط، بينما يجلس من يبلغ العاشرة عشر دقائق، وهكذا دواليك. يتعين على الطفل المتمرد -إضافة إلى ذلك- أن يجلس على كرسي الوقت المستقطع حتى يلتزم بأوامر والديه.

إيجابيات المعاقبة: تمثل المعاقبة، في العديد من الأحيان، وسيلة فاعلة لإنهاء السلوك السيئ بصورة مباشرة، فضلاً عن ضمان عدم تكراره، على الأرجح، طالما بقي المعاقِب (الذي يمثل الوالد في تلك الحالة) إلى جانب الطفل. تتسم المعاقبة بالفاعلية، على وجه الخصوص، لما تجسده من استجابة مفاجئة لما هو غير متوقع من أنماط السلوك السلبية، كما يحدث، على سبيل المثال، حين يقترب الطفل من موقد الغاز، لتعمد الأم إلى ضربه على مؤخرته، قائلة: «لا!». يسحب الطفل يده على الفور، وبالنتيجة، يغادر المطبخ باكياً، مما يسهم في إنقاذه من الاحتراق على أقل تقدير.

سلبيات المعاقبة: توجد العديد من الأسباب التي توجب على الوالدين عدم معاقبة الأطفال. يتمثل أولها في أن المعاقبة ترشد الطفل إلى ما لا يجب القيام به من الأفعال الخاطئة، بينما تعجز عن تعليمه ما يجب القيام به من الأمور الصحيحة. يمكن للمعاقبة أن تتسم بالإيجابية لو كانت غاية التربية تقتصر على التحكم في سلوك الأطفال حتى يبلغوا الثامنة عشرة، ويغادروا المنزل، وهو ما يجافي الحقيقة. لا تتمحور التربية حول منع الأطفال من القيام بالأمور السيئة؛ بل تعليمهم كيفية الانخراط فيما هو واعد، ومنجز، من أنماط الحياة. لا تتسم تلك المهمة بالسهولة، ولا يمكن للمعاقبة أن تقدم العون للوالدين على إنجازها.

تتجسد سلبية المعاقبة الكبرى فيما تسهم به من زيادة العدوانية لدى الأطفال المتمردين. يتعين على الوالدين -إضافة إلى ذلك، إن أرادوا معاقبة الطفل- أن يتسموا بكثير من الحزم والقوة الجسدية. فلننظر إلى أشد أنواع المعاقبة -الضرب على المؤخرة- على سبيل المثال. لا يقبل كثير من الأطفال المتمردين طواعية بأن يضربوا على مؤخراتهم؛ بل يقومون بما في وسعهم، في الواقع، لمقاومة ذلك، بما يشمل الضرب، والركل، والعض، فيتحول الضرب على المؤخرة، في تلك الحالة، إلى صراع جسدي بين الطفل والوالد، يمكن أن يخسره الأخير، وإن فاق الطفل في الحجم والقوة الجسدية.

لنفرض، على سبيل المثال مجدداً -فيما يتعلق بعقوبة التصحيح المفرط- أن الطفل عجز عن أداء فرضه المدرسي أثناء نصف ساعة من الزمن، ليعمد الوالد إلى مطالبته بأدائه أثناء ساعة كاملة، مما يدفع بالطفل المتمرد إلى الجري لغرفته، والاختباء تحت السرير. ما

سيفعل الوالد ﻓﻲ تلك الحالة؟. سيضطر -بغية فرض عقوبته- إلى النزول أسفل السرير، والإمساك بقدم الطفل، ثم سحبه إلى الخارج، بينما يركل ويصرخ بأعلى صوته. لا يمثل ذلك سوى البداية فحسب، بالنظر إلى ضرورة اقتياد الطفل، فيما بعد، إلى طاولة الدراسة، وإرغامه على البقاء هناك ساعة كاملة.

لا يختلف الأمر فيما يتعلق بطريقة كلفة الاستجابة. هل سيقبل الطفل المتمرد طواعية التخلي عما جمعه من نقاط طوال يومين؟ لا يقتصر الخلل ﻓﻲ تلك الطريقة على ذلك. لنفرض أن الوالد يستخدمها لدفع طفلته إلى ترتيب غرفتها ﻓﻲ كل من الأمسيات، بما يعني منحها نقطة كلما قامت بذلك، وحرمانها من اثنتين حين ترفض ترتيب غرفتها. إن حظيت الطفلة بسبع نقاط، بحلول ما بعد ظهيرة الأحد، فسيُسمح لها بالذهاب إلى السينما لمتابعة الفيلم الذي يعرض ﻓﻲ ذلك اليوم. ومن ثَمّ تعمد الطفلة نتيجة ما تشعر به من حماسة، إلى دعوة صديقتها لمرافقتها إلى السينما يوم الأحد المقبل. تحرص الطفلة -إضافة إلى ذلك، بدافع من المكافأة التي تنتظرها- على ترتيب غرفتها ﻓﻲ ثلاث أمسيات متعاقبة، لتحجم عن ذلك يوم الأربعاء، بالنتيجة يعمد الوالد إلى حرمان الطفلة من نقطتين، لتدرك الطفلة على الفور أنها ستعجز عن الذهاب إلى السينما مع صديقتها يوم الأحد المقبل، مما يثير غضبها إلى أبعد الحدود. ومن ثَمّ سيدفع الطفلة إلى ترتيب غرفتها فيما تبقى من الأسبوع؟

يجسد الوقت المستقطع، بحسب مطبقيه، ما هو معتدل من العقوبات، ويمكن اعتباره كذلك إن خضع له الطفل بملء إرادته، وهو ما لا ينطبق على العديد من الأطفال المتمردين. ماذا يمكن أن يفعل الوالد بعد ذلك؟ لن يتسم الوقت المستقطع بالفاعلية، مجدداً، ما لم يفرضه الوالد على الطفل. سيعمد الوالد، بالنتيجة، إلى الإمساك بالطفل، ومحاولة جره إلى كرسي الوقت المستقطع. سيقاوم الطفل الوالد، عبر ركله وضربه، ليعمد الوالد -بدافع من غضبه وإحباطه- إلى ضرب الطفل على مؤخرته. لا يسهم الاعتدال ﻓﻲ الضرب، بكل الأحوال، ﻓﻲ دفع الطفل للذهاب إلى الكرسي، ليضرب الوالد الطفل بشدة، مما يسهم ﻓﻲ تحول الوقت المستقطع -الذي يتوخى الاعتدال ﻓﻲ المعاقبة- إلى ما يتسم بالخطورة من الإساءة الجسدية.

تتمثل السلبية الأخيرة لاستخدام المعاقبة، للتحكم بسلوك الطفل السلبي، فيما ينتج عن الآباء -حين يفرضون عقوباتهم- من خرق للقاعدة الأولى التي يحثون الطفل على تطبيقها - عدم لجوء ساكني المنزل إلى إيقاع الأذى الجسدي بأي من الأفراد. يتعلم الأطفال سريعاً -حين يخرق استخدام الوالدين للمعاقبة تلك القاعدة- الدرس المتمثل في إمكانية استخدام الكبار القوة ضد من يصغرهم حجماً.

عرض موجز لتاريخ المعاقبة:

يعود استخدام المعاقبة، للتحكم في السلوك، إلى ردح طويل من الزمن. اعتقد الناس، في المدة التي عرفت بعصر التنوير، بين عامي (1600 - 1700)، أن ما يشخص الآن مرضاً للفصام، يمثل مساً من الشيطان[59]. ومن ثَمّ عوقب «المسكونون بالشيطان» في تلك المدة بما يتسم بالشدة والفظاعة، لاعتقاد الناس أن ذلك يكفل إخراج الشيطان من أجسادهم. تتجلى آثار تلك المعتقدات، حتى يومنا هذا، فيما يخاطب به الوالد الطفل، حين يثير كثيراً من الشغب، قائلاً: «يتلبسك الشيطان بلا ريب!».

لم تنتهِ معاقبة المصابين بإعاقات أخرى -بغية التحكم في سلوكهم- بانتهاء العصور المظلمة. استخدمت المعاقبة بصورة شائعة، منذ أربعة عقود، لا أكثر، في محاولة لتغيير سلوك المصابين بالإعاقة الذهنية، ممن اتسم حظهم بالسوء، على وجه الخصوص، بحيث أدخلوا مصحات مدارة من قبل الدولة[60]. قل استخدام المعاقبة بصورة متزايدة، بكل الأحوال، بدءاً من أواخر الستينيات من القرن المنصرم، بغية التحكم في سلوك المصابين بالإعاقة الذهنية. لا تمثل البرمجة السلوكية الموضوعة لمعاقبة الأخيرين، في يومنا هذا، إلا ما هو مرفوض من الاستثناءات. أضحى من كانوا يقيدون ذات يوم إلى الأعمدة الصلبة في غرف المصحات النفسية، نتيجة لما سبق، أضحوا يعيشون اليوم بسعادة فيما يخضع للرقابة من الشقق، فضلاً عن جني المال عبر العمل فيما يدعى مجموعات العمل الخاصة، أو التوظيف المدعوم.

لم يسلَم المصابون بمرض التوحد، على حد سواء، من التعرض للمعاقبة. تمثلت أكثر الطرائق المعتمدة شيوعاً لمعالجة الأخيرين، منذ بضعة عقود، لا أكثر، في معاقبتهم على ما

يظهرونه من سلوك توحدي. يدرك العديد من المعالجين الآن، لحسن الحظ، أن المصابين بمرض التوحد لا يتوقفون عن إظهار ذلك السلوك نتيجة المعاقبة. لا يتعلم الأطفال المصابون بالتوحد أو يتصرفون بصورة أفضل، بالنقيض من ذلك، إلا حين يزودون بما هو محدد، ومتفرد، من الأسس التي تمكنهم من تنظيم عالمهم وإدراكه[61].

يندرج الأطفال المصابون باضطراب العناد الشارد ضمن الفئة الأخيرة المتبقية من ذوي الأمراض السلوكية، التي عدت المعاقبة جيدة لعلاجها. تتسم معاقبة الأطفال المتمردين، في الحقيقة، بكثير من الإغراء، حيث يمكن أن يبصقوا في وجهك، ويطيحوا بالمقاعد، ويعمدوا إلى شتمك، ويرفضوا، بمنتهى العناد والتصلب، الامتثال إلى أكثر ما يتسم بالمنطقية من المطالب. يشعر المرء بالسعادة، لا أكثر، لمعاقبتهم، ويعجز كثيرون عن منع أنفسهم من القيام بذلك في بعض الأحيان.

أرفض، بكل الأحوال، معاقبة الأطفال المتمردين، لما يشير إليه التاريخ من عقم تلك الطريقة. لم تمثل المعاقبة الحل لمساعدة المصابين بالفصام، أو الإعاقة الذهنية، ولم تمثل الطريقة الصحيحة لمساعدة الأطفال المصابين بالتوحد. ومن ثَمّ لم تكن حلاً لمساعدة الأطفال المصابين باضطراب العناد الشارد؟ يعود رفضي معاقبة الأطفال المتمردين، بكل الأحوال، إلى ما هو أكثر شخصية من الأسباب. أرفض معاقبة الأطفال المتمردين حين أفكر في كيفية استجابة أحدهم، مايك، حين تعرض للعقاب.

الانتقام

قدمت المشورة بصورة أسبوعية، قبل سنوات خلت، في وكالة لرعاية الأطفال المصابين بإعاقات مختلفة. دخل مايك -البالغ خمسة عشر عاماً- إلى مكتبي، فيما بعد ظهيرة أحد الأيام، بينما كنت أطبع أحد التقارير، لأداء مهمته اليومية المتمثلة في كنس الأرضية. لم يكن الطفل أحد مرضاي، ولكنني كنت أعرفه لسمعته السيئة. شُخِّصت مشكلة مايك في الإصابة باضطراب العناد الشارد، وقد كان يرفض الاستجابة إلى ما يطلب منه، إن كره السائل، فضلاً عن إظهار العدوانية الشديدة إن أُرغم على التنفيذ. ومن ثَمّ خضع الطفل لبرنامجنا العلاجي الداخلي نتيجة لتمرده الانتقائي وعدائيته الموجهة.

بدأ مايك في كنس الأرضية خلف مقعدي، بينما كنت أطبع التقرير. توقف للاستراحة برهة، قبل أن يعمد إلى مخاطبتي، قائلاً: «سأتصل بماري الليلة».

عقبت، لمعرفتي أنها المسؤولة عن معالجته، قائلاً: «سيمثل ذلك أمراً لطيفاً يا مايك. ستسعد ماري بالاستماع إليك». منحني الطفل نظرة حائرة، قبل أن يكرر عبارته، قائلاً: «سأتصل بماري الليلة». لحظت أنني لم أدرك مقصد الطفل، لأعمد إلى سؤاله قائلاً: «وما ستقول لماري؟».

رد الطفل بانفعال قائلاً: «لا شيء!».

- «لا شيء؟».

- «نعم. لن تسمع شيئاً، حين ترد على مكالمتي».

- «ولم الصمت؟».

- «سيتم ذلك في الثانية صباحاً، وهو الوقت الذي سأضبط منبهي وفقه».

- «ولم ستفعل ذلك لماري؟».

- «لأنني لم أرتب سريري، يوم الاثنين الفائت، مما دفعها لإخباري بعدم إمكانية ذهابي إلى السينما في عطلة نهاية الأسبوع. سأعمد إلى الانتقام منها ومن أجل ذلك ثقبت عجلات سيارتها البارحة، وسأتصل بها في الثانية صباحاً اليوم، وسأضع ثعباناً في درج مكتبها في الغد. سأكون قد انتقمت بذلك».

من ثَمّ تعلمت من مايك أن الأطفال المتمردين يكرهون التعرض للمعاقبة، ويسعون للانتقام حين تتم معاقبتهم.

فكرة رئيسة:

تسهم معاقبة الأطفال على مر الزمن، في كثير من الأحيان، في جعلهم أكثر تمرداً.

أصلي لله

أفكر على الدوام في كالفن، كلما شعرت بالرغبة في معاقبة أيٍّ من الأطفال المتمردين. بلغ كالفن العاشرة من العمر، وقد كان مظهره يدل

على الذكاء، والوسامة، واللطف، فيما ندر من الأوقات. عانى الطفل كثيراً من المشكلات السلوكية، مع ذلك، وقد دل تشخيصه الرئيس على الإصابة باضطراب العناد الشارد.

التقيت كالفن (أو أثار اهتمامي، بالأحرى) للمرة الأولى، حين أُخضع لبرنامج علاج داخلي. اتسم الطفل بما لا يمكن علاجه من التمرد، كما بدت الحال عليه، فضلاً عن رفضه الشديد القيام بما يطلب منه، وإن اتسم بالبساطة إلى أبعد الحدود. إن طولب بطيّ قليل من ثيابه المغسولة حديثاً، على سبيل المثال، فقد كان يعمد إلى إلقائها على أرضية غرفته، بما يدفع المعالجين إلى حثه، وتشجيعه، ثم تهديده بما هو وخيم من العواقب، ليذعن في نهاية المطاف، عقب مضي ما يقارب الساعتين والنصف. ومن ثَمّ لم يرق الطفل لأكثر المعالجين تمرساً في البرنامج بما لا يثير الاستغراب، بالنظر إلى ما يثيره من متاعب، في الأوقات كافة. اتسم الطفل بمزيد من التمرد وعدم الامتثال كلما حاولوا إرغامه على الإذعان لمطالبهم، وقد عبّر أحدهم عن ذلك، قائلاً: «أراهن على أنه سيرمي المثلجات في القمامة، إن طالبته بتناولها!».

اتسم كالفن، بكل الأحوال، بما لا يمكن رؤيته من الجوانب الإيجابية. كان يتغير بالمطلق حين يأوي إلى فراشه، عند نهاية اليوم، بكل ما يتخلله من متاعب. كنت أميل إلى الاعتقاد بأنه يصبح كالفن الحقيقي في تلك اللحظة. عمد إلى سؤالي ذات ليلة، بعد أن قرأت له قبل النوم، وهممت بمغادرة الغرفة، قائلاً: «هل يمكن أن أتحدث إليك دقيقة؟» أحسست، من نبرته، أنه لم يكن يراوغ للتهرب من النوم، وأنه يرغب في التحدث إلي حقيقة، وأن ذلك يتسم بالأهمية في نظره.

أجبت الطفل، بالنتيجة، قائلاً: «بالتأكيد. ما الذي تريد التحدث بشأنه يا كالفن؟».

«أصلي إلى الله كل ليلة، قبيل خلودي إلى النوم. أصلي إليه كي يساعدني على أن أكون صالحاً في اليوم المقبل. أعتقد، بالنتيجة، حين أغادر السرير

صبيحة اليوم المقبل، أن الله استجاب دعائي بالصلاح، لتقع المشكلات فيه، وأكتشف -من حيث لا أدري- أنني سيئ للغاية». توقف الطفل للحظة، وكأنه يفكر في شيء ما، ويتساءل عما إذا كان يجدر به قوله، ليعمد إلى سؤالي قائلاً: «هل تظن، إن واصلت الدعاء إلى الله، أنه سيجيب دعائي، وأنني سأصبح صالحاً يوماً ما؟».

لم يعنِ ذلك، في نظري، رغبة كالفن في التعرض للعقاب كي يصبح صالحاً؛ بل دعوته المعالجين لإرساء الأرضية السليمة، وتطوير سبل الدعم، وتقديم ما يحتاج من العون كي يتمكن من تحقيق تلك الغاية.

يرغب كل من الأطفال المصابين باضطراب العناد الشارد -بحسب قناعتي وخبرتي- في التحول إلى أشخاص صالحين، ولكن معاقبة الطفل المتمرد، وإرغامه على الامتثال عبر وسائل الإكراه الأخرى، تعمي الوالدين، والطفل بحد ذاته -كما هو محتمل- عن رؤية تلك الرغبة الدفينة. لا تستثار رغبة الطفل المتمرد بالصلاح إلا عند شعوره بالأمان العاطفي والجسدي في حضرة الوالد، واستمرار تقدير الأخير للطفل، فضلاً عن الإيمان به، والرغبة في مساعدته، بالرغم من كل ما يثيره من متاعب.

العواقب المنطقية:

يكره الآباء التخلي عن المعاقبة أداة للتحكم في سلوك أطفالهم، بالنظر إلى اعتقادهم المتمثل في غياب الانضباط نتيجة غياب المعاقبة. يجانب ذلك الصواب في الحقيقة. يمكن أن تتوقف عن معاقبة طفلك لوجود ما يكفل تطبيق القواعد الثلاث الرئيسة بصورة أفضل من الطرائق، بما يسفر عن:

- تأديب الطفل بصورة أفضل.
- تعزيز علاقة الطفل بالوالد.
- تمكين الطفل وتعزيز قدراته بصورة أكبر.

تستند الطريقة الأفضل إلى مبدأ العواقب المنطقية.

ينص مبدأ العواقب المنطقية على «حرمان الطفل من الامتيازات حين يقوم بما يمكن أن يؤذي الآخرين، أو يضر بالممتلكات، أو ينذر بنشر الفوضى في المنزل»[62]. لا يجب حرمان الطفل من الامتيازات، بكل الأحوال، كنوع من العقاب؛ بل بما يكفل منعه من إيذاء الناس، وتحطيم الأغراض، وحرمان الآخرين من حقهم في التمتع بالحياة داخل المنزل. يشعر الطفل، في كثيرٍ من الأحيان، بالاستياء من جرّاء فقدان امتيازاته، كما يحدث، على سبيل المثال، حين يدعو طفل في الثامنة صديقه إلى المنزل كي يلعبا معاً، ليتشاجرا عقب خمس عشرة دقيقة. تتمثل العاقبة المنطقية الأكثر وضوحاً، في تلك الحالة، في مغادرة الصديق إلى منزله، مما يشعر الطفل بالاستياء. يثير ذلك الأسف بالتأكيد، ولكن الصديق لم يؤخذ إلى منزله بغية إثارة استياء الطفل؛ بل منعاً لأذية أيٍّ منهما. ومن ثَمّ إن اعترض الطفل على العاقبة المنطقية، فسيكون من المناسب (بل الرائع، في الحقيقة) أن تخاطبه قائلاً: «تتمحور المسألة حول عدم أذية أي منكما. هل يمكنك التفكير فيما يكفل عدم شجاركما من الحلول الأخرى؟ إن أمكنك الخروج بحل ما، فسنقوم بتنفيذه».

يدرك الأطفال بصورة غريزية -كما أسلفنا سابقاً- أنه لا يجدر بهم إيقاع الأذى بالناس، وتحطيم الأغراض، والإضرار بالممتلكات. يمكن للأطفال أن يدركوا على حد سواء، مع قليلٍ من التوضيح، أنه لا يسمح بحرمان الآخرين من حقهم في التمتع بالحياة داخل المنزل. لا يستثنى الأطفال المتمردون، فيما يتعلق بذلك الصدد، بحيث يدركون ويتقبلون حرمانهم من الامتيازات، من قبل الوالد، بغية تطبيق القواعد السابقة.

فكرة رئيسة:

يمكن أن يشعر الطفل بالاستياء الشديد حين تفرض العاقبة المنطقية، ويحرم من امتيازاته، ولكن المسألة لا تتمحور حول ذلك؛ بل ما يسهم به الحرمان من الامتيازات في حماية حقوق الآخرين أو استعادتها.

يصعب التمييز بين المعاقبة والعاقبة المنطقية، ولكن يمكن للمثال الآتي توضيح الفرق الدقيق بينهما. حل وقت الغداء في مدرسة وودرو ويلسون الابتدائية. طالب السيد بيرك؛ معلم الصف الرابع، تلاميذه بالاصطفاف عند باب الفصل. لم يستطع بول الانتظار، ليعمد

-بينما توقف زملاؤه عند الباب في انتظار إشارة السيد بيرك بالمغادرة- إلى التسلل خارج الفصل. لم يرغب الطفل، ما إن بلغ الرواق، في أن يراه السيد بيرك، ليطلق العنان لساقيه، قارعاً أبواب الفصول الأخرى، بصورة عفوية، في طريقه إلى مقصف المدرسة.

كانت باستطاعة السيد بيرك، حين التقى بول في المقصف، أن يخاطبه قائلاً: «بول، سأحرمك من الخروج إلى الفسحة بقية الأسبوع، لتسللك خارج الفصل، وجريك في الرواق».

يمثل الخروج إلى الفسحة امتيازاً للتلاميذ، ولكن حرمان بول من الخروج إلى الفسحة، نتيجة لجريه في الرواق، لا يجسد عاقبة منطقية؛ بل نوعاً من العقوبة، بالنظر إلى فرضها بغية إشعار الطفل بكثير من الاستياء، بحيث يحجم عن تكرار فعلته. لا يمثل الحرمان من الخروج إلى الفسحة ما هو منطقي من العواقب، على حد سواء؛ لأن فقدان ذلك الامتياز لا يسهم بأي من الأشكال في حماية تلاميذ الصفوف الدنيا من الاصطدام ببول، حين يجري في الرواق في المرة المقبلة، فضلاً عن منع بول من إزعاج تلاميذ الفصول التي يقرع أبوابها، بينما يندفع إلى مقصف المدرسة.

من ثَمّ عمد السيد بيرك إلى إيجاد عاقبة منطقية لسلوك بول، عوضاً عن معاقبته. خاطب المعلم الطفل قائلاً: «بول، أرى أنه يصعب عليك السير بتؤدة، في الرواق، إلى مقصف المدرسة. وبالنتيجة ستضطر في الغد إلى ملازمة مقعدك بينما يصطف زملاؤك عند باب الفصل (حرمان من امتياز). يمكنك فيما بعد، ما إن يغادروا الفصل، أن تسير برفقتي إلى المقصف» (الحفاظ على سلامة التلاميذ، ومن ثَمّ، حقهم في الدراسة بهدوء).

مساعدة الطفل على فهم السبب:

يوفر فرض العواقب المنطقية الفرصة لتعليم الطفل ما يتسم بالأهمية من المهارات الاجتماعية والمدركات، بما يعني، بكلمات أخرى، إمكانية استفادة الطفل من أخطائه. فلنعد للمثال السابق مجدداً، بغية توضيح ذلك. سأل المعلم بول، حين التقيا يوم الجمعة، قائلاً: «لِمَ تحظر المدرسة الجري في أروقتها، باعتقادك؟» عمد المعلم إلى سؤال الطفل لثقته في أمرين: الأول، عدم تفكير بول بذلك السؤال من قبل. الثاني، امتلاكه القدرة على الإجابة عنه.

أجاب الطفل قائلاً: «لعدم رغبتها في تعرض أي من التلاميذ للأذى، كما يمكن أن يحدث، على سبيل المثال، إن خرج أي من تلاميذ الصف الأول الصغار من باب الفصل، واصطدم بي بينما أجري في الرواق. يسبب الجري في الرواق، إضافة إلى ذلك، كثيراً من الإزعاج للتلاميذ الآخرين حين يدرسون في فصولهم».

«هذا صحيح للغاية يا بول!. تحظّر المدرسة الجري في الأروقة لهذين السببين. علمت بقدرتك على الإجابة بالنظر إلى ما تتمتع به من ذكاء».

يتسم السيد بيرك، كما هو واضح، بقدر كبير من المهارة، ويدرك كيفية تطوير السلوك الاجتماعي لتلميذه المخطئ. يتمثل الحل لتطوير سلوك طفلك في عدم إخباره عن السبب وراء عدم صوابية سلوكه؛ بل سؤاله عنه. يستلزم تحقيق أمرين في سبيل ذلك:

1. إدراك طفلك أنك حاضر لمساعدته ودعمه، بما يناقض معاقبته.

2. سؤال طفلك ببساطة، كما فعل السيد بيرك، عند المرور بمثل ذلك الموقف، قائلاً: «لم... باعتقادك؟».

مساعدة الطفل على تطوير خطة «ما يمكن فعله»:

يمكن استخدام العواقب المنطقية من تعليم الطفل ما يحتاج من مهارات لاستعادة امتيازاته الضائعة بصورة مؤقتة. ساعد المعلم بول -في المثال السابق مجدداً- على تطوير خطة بشأن «ما يمكن فعله»، عبر مخاطبته قائلاً: «بول، أعلم أنه يصعب عليك السير بتؤدة في الرواق. ومن ثَمّ أود أن تفكر أثناء اليومين المقبلين، فيما يمكنك فعله للقيام بذلك. إن توصلت إلى أي من الأفكار، فسأستمع إليها يوم الجمعة. إن كانت جيدة، واعتقدنا بإمكانية نجاحها، فيمكن أن تعاود الانضمام إلى زملائك حين يتوجهون إلى المقصف. هل تود القيام بذلك؟».

رد الطفل قائلاً: «بالطبع»، فرحاً لعلمه بإمكانية استعادة امتيازه المتمثل في السير مع زملائه.

خاطب المعلم بول، حين التقيا يوم الجمعة، قائلاً: «حسناً يا بول، أخبرني بما توصلت إليه من أفكار بشأن السير في الرواق؟».

رد الطفل، بما يتسم بالجدية إلى أبعد الحدود، قائلاً: «لن أركض مرة أخرى. أعدك بذلك». عنى بول كل ما قاله بشأن عدم الجري في الرواق مجدداً، ولكن تعهده لا يمثل سوى خطة توقف عن الفعل السلبي. لا تنجح خطط التوقف[63]. لا تنجح تلك الخطط؛ لأن الأطفال نادراً ما يتعمدون القيام بالفعل السلبي. يصدر الأخير عن الأطفال المندفعين بصورة تلقائية، بالأحرى، نتيجة ما يتعرضون له من أحداث ومواقف متعددة في لحظات معينة.

فكرة رئيسة:

لا تنجح خطط التوقف

لم يجرِ بول في الرواق بغية تعريض سلامة الأطفال الآخرين للخطر، ولم ينشد المتعة في إزعاج التلاميذ عبر قرع أبواب فصولهم. ركض الطفل في الرواق -على وجه الاحتمال- من جرّاء شعوره بالجوع، أو لجلوسه هادئاً في مقعد الدراسة ساعة من الزمن، بما لا يطيق احتماله، أو لأنه أطل برأسه من باب الفصل، ورأى أن بقية تلاميذ الشعبة الرابعة كانوا في طريقهم إلى المقصف بالفعل. جوبه الطفل بتلك العوامل مجتمعة في اللحظة ذاتها، وقد كان تأثيرها المشترك قوياً بما دفعه للخروج من باب الفصل بصورة عفوية. أدرك بول -ما إن أصبح خارج الفصل- أنه قام بالفعل الخاطئ، ولكنه أدرك ذلك عقب فوات الأوان، ليعمد إلى الجري في الرواق، آملاً في الوصول إلى المقصف دون أن يلحظ السيد بيرك غيابه.

يجهل معظم الأطفال المتمردين، كما بول، السبب وراء قيامهم بما هو غير مقبول من السلوك. وبالنتيجة يفتقد الأطفال القدرة على تعيين ما يحفزهم على ذلك السلوك من عوامل، مما يؤدي إلى سيطرتها عليهم.

ومن ثَمَ يتمثل الحل في مساعدة الأطفال المتمردين على إدراك العوامل التي تدفعهم إلى القيام بما هو عفوي من التصرفات السلبية. قدم السيد بيرك العون لبول فيما يتعلق بذلك الصدد.

فكرة رئيسة:

يجهل الأطفال ما يدفعهم للتصرف بطريقة غير مقبولة في بعض الأحيان.

سأل المعلم بول قائلاً: «من توقن بعجزه عن الجري في الرواق من زملائك؟».

- «تسهل الإجابة عن ذلك السؤال. هو نيل بالتأكيد؛ لأنه بدين للغاية بحيث يعجز عن الجري».

- «أجل، لا يمكن لنيل الحركة سريعاً. ما طبيعة العلاقة بينكما؟».

- «جيدة».

- «كم ثَمّ إن اخترت أحد التلاميذ للوقوف أمامك على الدوام في الرتل، قبل التوجه إلى المقصف، فهل يمكن أن يكون نيل؟».

- «نعم، يروق لي».

- «لحظت، أثناء وجودك في الرتل، أن يديك وذراعيك تتحرك باستمرار. يخيل إلي أنها تحفز ساقيك للتحرك على حد سواء، مما يدفعك للجري في الرواق. أتساءل، من ثَمّ، عما يمكن أن تفعله لتثبيت ذراعيك».

أجاب الطفل، بما يتسم بكثير من الحيرة، قائلاً: «لا تتبادر إلى ذهني أي من الأفكار».

عقّب المعلم قائلاً: «قف أمامي مباشرة، ثم انظر إلى سروالك. ما أقرب الأجزاء فيه إلى يديك؟».

- «جيباي؟».

- «أجل!، تقع يداك إلى جانبهما مباشرة. ضع يديك في جيبيك، وحاول أن تحرك ذراعيك».

عقّب الطفل قائلاً: «أعجز عن تحريكهما».

- «هل يمنحك ذلك أياً من الأفكار؟».

سأل الطفل قائلاً: «هل تعني أن أضع يديّ في جيبيّ؟».

- «هل يكفل ذلك منع ذراعيك من الحركة؟».

أجاب الطفل بالإيجاب، بما يتسم بالدهشة لنجاح تلك الفكرة البسيطة.

- «حسناً، اعتقد بامتلاكك خطة الآن. فلنقم بمراجعتها. من ستقف خلفه في الرتل، حين يحين موعد الغداء؟».

- «نيل».

- «وستقف خلفه على الدوام، أليس كذلك؟».

أجاب الطفل بالإيجاب، مبتسماً؛ لأن خطته تتماسك شيئاً فشيئاً.

- «وأين ستضع يديك؟».

- «في جيبيّ».

- «هل تعتقد أنه يجدر بنا تجريب هذه الخطة؟».

- «أجل».

- «حسناً، سنفعل ذلك. أود أن تدون الخطوات السابقة التي ستقوم باتخاذها لتسير في الرواق بتؤدة، عوضاً عن الجري. أطلعني على تلك الخطوات حين تقوم بكتابتها. سنقوم بتوقيعها معاً، لنعمد إلى تجريبها على الفور. يمكن أن نبدأ في الظهيرة إن أصبحنا جاهزين».

وفّر فرض العاقبة المنطقية الفرصة للمعلم لمساعدة بول على إدراك السبب في سلبية الجري في رواق المدرسة. مكّنت العاقبة المنطقية السيد بيرك، على حد سواء، من مساعدة بول على تطوير خطة «ما يمكن فعله»، بغية إيجاد الظروف الجديدة التي ستمكنه من البقاء في الرتل، قبل التوجه إلى المقصف، ومغالبة العوامل التي تدفعه للجري في الرواق. تتسم العاقبة المنطقية بميزة إضافية هائلة، تتمثل فيما توفر للمعلم من فرص متعددة لدعم الطفل، حين ساعده على تطوير خطة لاستعادة امتيازه المتمثل في السير برفقة زملائه، مما يسهم في تعزيز العلاقة بين المعلم والطفل.

إيجاد العواقب المنطقية المناسبة:

يصعب إيجاد العواقب المنطقية المناسبة، في بعض الأحيان. يمكن للنقاط الآتية المساعدة بذلك الصدد:

- تتمثل العاقبة المنطقية في الحرمان من الامتياز، لا المعاقبة الشديدة.

- يجدر بالحرمان من الامتياز أن يسهم في حماية الأشخاص، والممتلكات، والحقوق الأساسية.
- يستعيد الطفل امتيازه الضائع حين يساعد الوالد الطفل على تطوير خطة بشأن «ما يمكن فعله».

لجأت إحدى الأمهات، في مجموعاتنا التدريبية، إلى تلك النقاط الثلاث لإيجاد ما هو مناسب من العواقب المنطقية للتعامل مع سلوك طفلتها المتسم بالخطورة. تمثلت المشكلة في تسلل الطفلة -البالغة خمسة أعوام- من المنزل في غفلة من أمها. كان الأمر يحدث على النحو الآتي: تعود الطفلة سارة من الحضانة في الظهيرة، لتتناول الغداء، وتلهو ما يقارب الساعة، بينما تنجز الأم، ميليندا، عملها المكتبي بوساطة الحاسوب. كان من المفترض بالطفلة أن تلهو في المنزل، ولكنها لم تكن تفعل في بعض الأحيان، لتتسلل خارج المنزل، وتهيم في الشارع، وتعمد إلى اللحاق بما يمكن أن يلفت انتباهها. لحظت ميليندا، ذات يوم، أن السكون يعم المنزل، لتعمد إلى مناداة ابنتها، دون أن تتلقى أياً من الردود. ومن ثمّ اكتشفت الأم اختفاء الطفلة لتفقد صوابها، وتهرع للبحث عنها، قبل أن تجدها في نهاية الشارع، تحاول الاقتراب من كلب كبير مقيد إلى سلسلة.

عرّض الخروج إلى الشارع الطفلة إلى الخطر بالتأكيد، مما يستلزم إيجاد العواقب المنطقية المناسبة. كانت الطفلة بحاجة لخسارة أحد امتيازاتها، كي لا تواصل الخروج إلى الشارع، وتعرض حياتها للخطر. قررت الأم أن العاقبة المنطقية المناسبة تتمثل في حرمان سارة من الامتياز المتمثل في ارتداء حذائها داخل المنزل. ومن ثمّ عمدت الأم إلى وضع حذاء الطفلة، عقب عودتها من الحضانة كل يوم، في الرف الأعلى من خزانة غرفة النوم. نجحت خطة الأم، بالنتيجة، لعجز سارة عن الخروج إلى الشارع حافية القدمين.

يجسد التعويض ما هو منطقي من العواقب على حد سواء. إن أوقع الطفل الضرر بأي من الممتلكات، فيجدر به -على أقل تقدير- أن يدفع المال للتعويض عنه بما يناسب قدرته. إن حطم الطفل نظارة والده، على سبيل المثال، فيجدر به الإسهام جزئياً -على أقل تقدير- في ابتياع نظارة جديدة، أو القيام بمزيد من العمل في المنزل لمدة من الزمن، على الأرجح، إن افتقر إلى المال الكافي.

أمثلة أخرى:

يصعب التمييز، في بادئ الأمر، بين العقاب والعاقبة المنطقية المناسبة، بما يمكن من إيجاد الأخيرة. يمكن أن تساعد الأمثلة الآتية في ذلك:

السلوك	العاقبة المناسبة
رمي الطعام على المائدة	تناول الطعام على مائدة منفصلة، في غرفة أخرى.
كسر إطار اللوحة	أداء مهام إضافية للإسهام في ابتياع إطار جديد.
الشجار مع صديق عقب ساعة من اللعب	تقصير مدة اللعب إلى 30 دقيقة.

استعادة الامتياز الضائع:

تتميز العاقبة المنطقية عن المعاقبة في جانب مهم آخر، يتمثل في تمكين الوالد والطفل من العمل معاً لإيجاد طريقة لاستعادة الامتياز الضائع، عبر تعليم الطفل ما هو جديد من المهارات.

تسهم مساعدة الطفل على استعادة امتيازه الضائع في تحقيق ثلاث من الغايات: أولاً، منحه ما يكفي من الدوافع لتعلم المهارات الجديدة، بما يعزز -في كثيرٍ من الأحيان- من نضجه الاجتماعي. ثانياً، توفير عديد الفرص لتقدير الطفل وإطرائه، بينما يشارك في «جلسة التفكير» لاستعادة امتيازه الضائع. ثالثاً، تعزيز العلاقة الحساسة مع الطفل، عبر مساعدته على استعادة امتيازه الضائع.

خاتمة:

يتعين على الوالدين وضع القواعد لأطفالهم، ودفعهم إلى الالتزام بها. إن لم يعمد الطفل إلى الالتزام بأي من تلك القواعد، فلا بد من إيجاد العواقب المناسبة. تتجسد

أبسط العواقب، وأكثرها تقليدية، في معاقبة الطفل بشدة، بحيث يمتنع عن تكرار فعلته. لا تتمحور التربية، بكل الأحوال، حول السيطرة على الطفل؛ بل تعليمه ما يحتاج من المهارات في مختلف المناحي، بما يشمل السلوكية منها. ومن ثَمّ يجدر بالوالدين التخلي عن المعاقبة، واللجوء إلى العواقب المنطقية، التي تمكن الوالدين من إيجاد العواقب لما هو غير مقبول من السلوك، وتعليم الطفل -في الوقت ذاته- كيفية التصرف بطريقة ملائمة.

*****

تطبيقات

1. ماذا يظهر طفلك -بصورة متكررة- من أنماط السلوك غير المقبولة في نظرك؟ وكيف تستجيب لها في العادة؟

السلوك	الاستجابة المعتادة
________	____ التجاهل ____ الوقت المستقطع ____ قول: «توقف عن ذلك». الضرب على المؤخرة
________	____ التجاهل ____ الوقت المستقطع ____ قول: «توقف عن ذلك». الضرب على المؤخرة
________	____ التجاهل ____ الوقت المستقطع ____ قول: «توقف عن ذلك». الضرب على المؤخرة

2. عيّن، من القائمة السابقة، ما يمكن أن يؤذي الناس، من أنماط السلوك، أو يضر بالممتلكات، أو ينتقص من حقوق الآخرين.

________ ________ ________

3. تحتاج أنماط السلوك السابقة إلى ما هو منطقي من العواقب. ما يمكن أن يمثل عواقب منطقية مناسبة لتلك الأنماط من السلوك؟

السلوك	العاقبة المنطقية
________	________
________	________
________	________

4. أوجد الوقت للتحدث إلى طفلك بشأن أي من أنماط السلوك الواردة في التمرين الثالث. اعمل، عبر توجيه الأسئلة، على مساعدته في إدراك السبب الكامن في رفض تلك الأنماط من قبلك. اشرح للطفل، فيما بعد، ما يمكن أن ينتج من عواقب منطقية (الحرمان من الامتيازات) عند ملاحظة أنماط السلوك تلك.

5. إن أظهر طفلك من أنماط السلوك -بصورة متكررة- ما يمكن أن يؤذي الناس، أو يضر بالممتلكات، فيمكن أن يعزى ذلك إلى افتقاره إلى المهارات، والقيم، والمدركات الضرورية. فكّر في الكيفية التي ستساعد بها طفلك على امتلاك تلك المهارات، والقيم، والمدركات. تفهم، من فضلك، أن عملية التعلم تلك يمكن أن تستلزم الوقت. يمكن أن تمر بضعة أشهر حتى يمتلك الطفل المهارات المطلوبة، أو يبلغ مستوى الإدراك الضروري. ومن ثمّ يجدر بك نظراً إلى شمولية تلك المهمة، وما تستلزمه من وقت، أن تعين أكثر أنماط سلوك الطفل إزعاجاً، وأن تبدأ في العمل على معالجتها.

السلوك	النشاط التعليمي
________	________________
________	________________
________	________________

القِسْمُ الثَّالِثُ

التخطيط للنجاح في المجتمع

ينزع العديد للاعتقاد بأن المشكلات السلوكية للأطفال المتمردين، ونوبات غضبهم، تقتصر على المنزل، بينما يتصرفون بطريقة ممتازة في المدرسة وغيرها من الأماكن في المجتمع. يجانب ذلك الصواب، في معظم الأحيان، بالنظر إلى ما يظهره أولئك الأطفال، مع بعض الاستثناءات، من تمرد وعدم امتثال في المدرسة والمجتمع على حد سواء.

من ثَمّ يتعين على الوالدين مساعدة أطفالهم المتمردين على النجاح في المدرسة وغيرها من الأماكن في المجتمع، عبر القيام باثنين من الأمور. الأول، مصارحة المشرفين على الطفل، من البالغين، فيما يتعلق بمشكلاته السلوكية. الثاني، العمل مع أولئك المشرفين لمساعدتهم على تطوير البنية والدعم اللازمَيْن لنجاح الطفل في المدرسة وغيرها من الأماكن في المجتمع. يقدم الفصلان الآتيان ما تحتاج من توجيه واقتراحات للقيام بذلك.

8

الذهاب إلى المدرسة

يأمل العديد من الآباء تحسن سلوك أطفالهم المتمردين حين يذهبون إلى المدرسة. لم لا؟ تمثل المدرسة بيئة جديدة، تتسم بالإثارة. يوجد كثير مما يمكن تعلمه في المدرسة، فضلاً عما توفره من فرص اللهو مع الأطفال الآخرين، وما يملكه المعلمون من قدرة على مساعدة الأطفال، عبر تلقينهم ما هو جديد من المعلومات، وتعليمهم كيفية التصرف في الفصل وساحة اللعب.

لا يتجاوز ذلك نطاق الأمنيات، بالنظر إلى ما تستلزمه المدرسة في الواقع. يتعين على الأطفال، حين يذهبون إلى المدرسة، أداء كثير من العمل الفصلي، والتزام الهدوء في مقاعدهم، والإصغاء إلى المعلمين بانتباه بينما يشرحون ما هو معقد من المفاهيم الجديدة. يتعين على الأطفال، إضافة إلى ذلك، أن يمتثلوا لأوامر المعلمين «من حيث رفع الأيدي، والجلوس في المقاعد، وإخراج كتب القراءة»، فضلاً -وكأن ذلك لا يكفي- عن ضرورة التحلي بالأدب منذ لحظة دخول المدرسة في الصباح، حتى العودة إلى المنزل في وقت متأخر من بعد الظهيرة. لا تعني المدرسة سوى العمل الشاق على وجه الخصوص، بالنسبة للأطفال ذوي المشكلات السلوكية. ومن ثَمّ يحتاج الأخيرون إلى معونتك.

يجدر بك البدء بزيارة مدير المدرسة-المسؤول التعليمي الأرفع فيها. تتم تلك الزيارة، بصورة نموذجية، في بداية شهر أيار/ مايو. يعمد المدير، في تلك المدة، إلى إعداد كل من جداول المعلمين الفصلية للعام الدراسي المقبل. يتم إعداد الجداول الفصلية بغية تحقيق

اثنتين من الغايات. الأولى، تحقيق التوازن بين الفصول بما يمنح المعلمين كمية متساوية من العمل. يتعين أن تحوي كل من الفصول العدد ذاته -على وجه التقريب- من الذكور والإناث، والتلاميذ المتقدمين دراسياً، ونظرائهم المتخلفين دراسياً، والتلاميذ ذوي المشكلات السلوكية. تتمثل غاية المدير الثانية في إيلاء مسؤولية التلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة إلى المؤهلين من المعلمين.

تتجسد الغاية من زيارتك المدير في إطلاعه على المعلومات المتعلقة بطفلك، كي يتمكن من إيلاء مسؤوليته إلى المعلم المؤهل للتعامل معه. كن صريحاً. سيتمكن المدير، بصورة أكبر -إن علم بشأن مشكلات طفلك السلوكية- من الربط بين احتياجات طفلك ومهارات كل من المعلمين وقدراتهم. يحتاج الأطفال ذوو المشكلات السلوكية إلى من يتسم بالهدوء والتنظيم، ويمنحهم التقدير، من المعلمين. يعمل الأخيرون في المدارس كافة، ويمكن أن تعزز من فرص طفلك للخضوع لمسؤولية أحدهم، عبر مصارحة المدير بحاجات طفلك.

فكرة رئيسة:

تولى المبادرة عبر زيارة المدير، قبل بدء العام الدراسي.

يتمثل الشخص الآتي، الذي يتعين عليك زيارته، في معلم الفصل. يمكن القيام بذلك، بصورة نموذجية، قبيل بدء العام الدراسي في الخريف. يحضر المعلمون إلى المدرسة قبل ما يقارب الأسبوع من حضور التلاميذ، بغية المشاركة في برامج التأهيل، وإعداد فصولهم الدراسية. سيعمد المعلم -عند إشعاره بذلك- إلى الالتقاء بك في تلك المدة. سيعمل المعلم، إن تعذر ذلك، على ترتيب اللقاء بينكما في الأسبوع الأول من العام الدراسي.

تتمثل الغاية من لقائك المعلم في إطلاعه على المعلومات المتعلقة بطفلك، بغية مساعدته على تلبية احتياجات طفلك التعليمية والسلوكية. يتعين عليك، مجدداً، أن تتسم بالصراحة فيما يتعلق بمشكلات طفلك السلوكية، إضافة إلى أي من مشكلات التعلم، دون أن تغفل نقاط قوته، وإنجازاته، واهتماماته.

فكرة رئيسة:

يجدر بك الالتقاء بمعلم طفلك أثناء الأسبوع الأول من العام الدراسي.

تتجسد الغاية الثانية من لقاء المعلم في التعاون مع المدرسة. لا يتسم ذلك بالصعوبة. تُظهر المدارس التقدير لكل ما يمكن أن تتلقاه من العون، حين يكون مجانياً على وجه الخصوص. يمكن أن تتطوع للقراءة للأطفال، على سبيل المثال، أو تساعد في الإشراف على الرحلات، أو تبيع الكعك بغية جمع التبرعات لصندوق المدرسة. ستقدر المدرسة وجودك وإسهاماتك، وسيملك المعلمون المزيد من الدوافع لمساعدة طفلك إن عملت على مساعدة المدرسة.

فكرة رئيسة:

اجعل من مدرسة طفلك مدرستك، على حد سواء، عبر التطوع في أنشطتها، والانخراط في رابطة المعلمين وأولياء الأمور. احرص على حضور الاجتماعات كافة بين الطرفين.

يجدر بك -إضافة إلى ذلك- الاستعلام عن موعد ومكان انعقاد اجتماعات رابطة المعلمين وأولياء الأمور في المدرسة. توجه الدعوة، في تلك الاجتماعات، إلى آباء التلاميذ كافة، فاذهب لحضورها!

تعقد الاجتماعات، على حد سواء، بين المعلمين وأولياء الأمور في أوقات محددة من السنة الدراسية، تضمن في تقويم المدرسة. احصل على نسخة من ذلك التقويم، واستخدمها كمفكرة لتذكيرك. يلتقي المعلمون -في تلك الاجتماعات- بكل من الوالدين على حدة، بغية إطلاعهم على التقدم الدراسي لأطفالهم، وأدائهم في المدرسة. يمكن للوالدين مناقشة أي من مخاوف المعلمين، حال وجودها. لا يقتصر تقديم المعلومات، في تلك الاجتماعات، على المعلمين وحدهم. يمكن أن تطلع المعلم، على حد سواء، على ما تملكه من معلومات مهمة، بغية مساعدته على إدراك كيفية تقديم المساعدة لطفلك بصورة أفضل.

تسهم تلك الإجراءات الوقائية في مساعدة طفلك على التقدم الدراسي والسلوكي في المدرسة. يمكن أن لا تكفي تلك الإجراءات بكل الأحوال. يجدر بك طلب المزيد من الخدمات في تلك الحالة.

الحصول على الخدمات الإضافية

لا يمكن لعديد من الأطفال -من ذوي المشكلات السلوكية المزمنة- النجاح في الفصول النظامية إن لم يتلقوا خدمات إضافية. تكلف الأخيرة المنطقة التعليمية المال، بكل الأحوال، ولا تقدم إلا بعد الإقرار باستنفاد معلم الفصل محاولاته العلاجية المتوافرة كافة.

يمكن أن يسألك المعلم، أثناء أحد الاجتماعات، إن كنت ترغب في التحقق من أهلية طفلك لنيل الخدمات الإضافية. يمكن الحصول على الخدمات الإضافية، التي تمكّن من تلبية احتياجات الطفل التعليمية، عبر ثلاث من الطرائق:

الطريقة الأولى: خدمات التعليم الخاص للطلبة المضطربين عاطفياً:

تشمل خدمات التعليم الخاص مجموعة من الخدمات، والمختصين، والبرامج. يمكنك التفكير في نيل تلك الخدمات بمجرد الحصول على إحالة من طبيب العائلة لفريق من المختصين.

الحصول على خدمات التعليم الخاص: يبدأ الطريق لنيل خدمات التعليم الخاص بالتقدم بطلب للتقويم. سيعمد أحد موظفي المدرسة إلى مساعدتك فيما يتعلق بإكمال طلب التقويم. يحدد طلب التقويم -من بين أمور أخرى- ما سيتم إجراؤه من تقويمات لاتخاذ القرار بشأن أهلية طفلك لنيل الخدمات، فضلاً عن تعيين موظفي المدرسة المسؤولين عن إجراء كل من تلك التقويمات. إن قبلت بما تحويه الاستمارة من بيانات، فيجدر بك الإقرار بقبولك التقويم عبر توقيع الاستمارة وتأريخها. يتم إجراء التقويم الشامل للطفل مجاناً بالنسبة لك، الوالد. ستُمنحُ في حينه، كما ينص القانون الفيدرالي، نسخة عن «إجراءات حماية الوالد» المعروفة في بعض المدارس «بكتيب حقوق الوالد».

حقوق الوالد/الطفل: مرر الكونغرس ووقع الرئيس، في العام 1975، القانون العام 94 - 142 – المعروف بقانون «تعليم الأطفال المعاقين»[64]. تم تعديل القانون عدة مرات، منذ

ذلك الحين، فضلاً عن إعادة إصداره وتسميته، ليُعرف الآن بقانون «تحسين تعليم الأفراد ذوي الإعاقات» (IDEA). تم التعديل الأخير للقانون في العام 2004، ليتم إصداره، بعد كثير من المراجعة والإضافات، في 13 تشرين الأول/ أكتوبر 2006[65]. تغيرت صياغة القانون، بالنتيجة، ليبقى المضمون على حاله. ينص قانون (IDEA) على أن المدرسة ملزمة بتقديم التعليم المجاني والمناسب لذوي الإعاقات من التلاميذ. أشمل القانون الاضطراب العاطفي ضمن أنواع الإعاقات التي حددها. يعاني بعض الأطفال المتمردين من مشكلات سلوكية حادة، بحيث يستوفون المعايير الموضوعة من قِبل قانون (IDEA)، باعتبارهم مصابين بالاضطراب العاطفي.

فكرة رئيسة:

تُلزَم المدارس، وفق القانون، بتقديم خدمات إضافية للأطفال المصابين بالاضطراب العاطفي.

التقويم: يجدر بك العمل على تقويم طفلك، بغية تأهيله لنيل الخدمات الخاصة. ستتساءل، مباشرةً، عما إذا كان يجدر بك العمل على تقويم طفلك، لاتخاذ القرار بشأن إصابته بالاضطراب العاطفي. تتمثل الإجابة، من وجهة نظرنا، في حتمية القيام بذلك. لا يكشف التقويم عن طفلك، من الناحية السيكولوجية، بقدر ما تخشى. لن يعمد أحد إلى البحث عن الأرواح الشريرة الخفية، أو الأفكار المنحرفة في اللاوعي، أو الأسرار العائلية الدفينة. يهدف التقويم -بالنقيض من ذلك- إلى جمع المعلومات اللازمة عن الطفل، ومقارنتها بمعلومات من يماثله في السن، والمرحلة الدراسية، والجنس، من الأطفال الآخرين. سيعمد أحد الموظفين في المدرسة إلى التباحث معك بشأن كل من الاختبارات التي سيتم إجراؤها، والملاحظات الفصلية التي يتم إعطاؤها، والسبب في أهمية تلك التقويمات وفائدتها. ستطلعك المدرسة، على حد سواء، على أسماء المسؤولين عن إجراء كل من تلك التقويمات. إن لم تكن راغباً في إجراء اختبارات معينة، فستستمع المدرسة إلى مخاوفك، وتعمل، بالتأكيد، على التجاوب معها. تتجسد الغاية، في نهاية المطاف، في الحصول على موافقتك الخطية، كي تتمكن المدرسة من إجراء التقويمات المطلوبة.

لا تخضع الاختبارات الطفل للضغوط: يستمتع الطفل، في الحقيقة، بما يمنحه المقيمون المهرة من انتباه وتقدير لما يبذله من جهود. يتمثل ما يفوق ذلك أهمية في حصولك، ومعلم الطفل، على ما يفيد من المعلومات بشأن مهاراته الدراسية، وقدراته، وتكيفه العاطفي.

تبدأ العملية في المضي قدماً، حين توقع طلب التقويم، وتسلّمه لموظف المدرسة. يمنح القانون الفيدرالي المدرسة ستين يوماً، بغية إجراء التقويم، وعقد اجتماع للبحث في نتائجه، أو ما يسمى «اجتماع الأهلية». إن تمتع الطفل بالأهلية لنيل خدمات التعليم الخاص، فيجدر بالمنطقة التعليمية تحديد ماهية ما سيقدم من خدمات، على وجه الدقة، أثناء ثلاثين يوماً إضافية، فضلاً عن البدء بتزويدها.

اجتماع الأهلية: سيتم إعلامك، حين ينجز المقوّمون ما يضعونه من تقويمات، بتاريخ عقد الاجتماع. تتمثل غاية الأخير في مراجعة بيانات التقويم، واتخاذ القرار حول هل تمنح الأهلية للطفل لنيل خدمات التعليم الخاص؟. سيعمد المسؤول عن الاجتماع، حين تقدم بيانات التقويم، إلى توجيه المجموعة فيما يتعلق باتخاذ القرار حول أهلية طفلك لنيل خدمات التعليم الخاص. لنفرض أنهم رأوا الأهلية في الطفل.

فئة الإعاقة: يحجم بعض الآباء، بصورة مفاجئة، عن الاستعانة بالخدمات الإضافية، حين يقرر الفريق أهلية أطفالهم لنيل الخدمات، ضمن فئة الإعاقة، لإصابتهم بالاضطراب العاطفي. يجد أولئك المهانة في تسمية «الاضطراب العاطفي»، ولا يرغبون في أن يعتقد أي كان بإصابة طفلهم بالاضطراب العاطفي.

يمكن تفهم مخاوف الوالدين، في الحقيقة، ولكن رفض التسمية يعني عدم الحصول على الخدمات المطلوبة. لن تغير التسمية، إضافة إلى ذلك، من سلوك الطفل شيئاً. لن يسهم وجودها في زيادة سلوكه سوءاً، ولن يسهم انعدامها في التحسين من ذلك السلوك.

فكرة رئيسة:

تعد تسمية «الاضطراب العاطفي» ضرورية لحصول الطفل على الخدمات الخاصة.

تطوير خطة تعليمية: إن أشارت نتائج التقويم إلى أن الطفل يستوفي المعايير المطلوبة لنيل الخدمات الخاصة، نتيجة إصابته بالاضطراب العاطفي، فسيتم تنظيم اجتماع آخر، أو ينتقل الاجتماع الحالي، إن سمح الوقت، إلى بحث النقطة الآتية - تحديد البرامج المطلوبة لتلبية احتياجات الطفل. تدعى تلك العملية تطوير خطة الطالب التعليمية الفردية.

دور الوالد: تمثل الشخص الأكثر أهمية في الاجتماع برمته!. يؤكد القانون الفيدرالي على ما تتسم به من أهمية. لا يمكن، وفق القانون، أن يعقد أي من الاجتماعات، بغض النظر عن تسميتها، بغية اتخاذ القرار حول أهلية طفلك لنيل خدمات التعليم الخاص، دون أن يتم إعلامك بموعد انعقاده، ومنحك الفرصة كاملة لحضوره. لا يمكن، على حد سواء، أن يعقد أي من الاجتماعات، بغية تعديل برامج التعليم الفردية لطفلك، دون استيفاء الشروط ذاتها.

قد يلتئم حول المائدة «مختصون» بتعليم الأطفال، وتلقين المهارات الاجتماعية، وغيرها من المجالات. لا تجزعن لذلك. أنت المختص بالقدر الأكبر، في الاجتماع، فيما يتعلق بطفلك. تعلم عن طفلك أكثر مما يعلمه أي من المتحلقين حول المائدة. تعلم ما يثير نوبات غضبه، وما ينجح من المقاربات التأديبية، وما يخفق منها. تعلم ما يحبط طفلك، وما يدفعه إلى الانهيار. تعلم أكثر مما يعلمه أي من المتحلقين حول المائدة عما يساعد طفلك في استعادة السيطرة. أنت الوحيد الذي يعلم، إضافة إلى ذلك، بإنجازات طفلك السابقة، واهتماماته، وما يتسم بالاستثنائية في أدائه. تمنح خبراتك في ذلك المجال ما لا يقدر من العون لأعضاء الفريق. تجسد، في نهاية المطاف، بما يتسم بالقدر الأكبر من الأهمية، الشخص الوحيد حول المائدة الذي يلتزم مدى الحياة بصلاح طفله، ويمنحه ما هو غير مشروط من المحبة.

فكرة رئيسة:

تمثل، بوصفك والد الطفل، العضو الأكثر أهمية في الفريق برمته.

الطريقة الثانية: التأهل لنيل خدمات التعليم الخاص ضمن فئة الأمراض الأخرى:

إن كافح طفلك في المدرسة، دون أن يلبي المعايير الدقيقة لنيل الخدمات الخاصة ضمن فئة الاضطراب العاطفي، فيمكن لك وللمدرسة، عبر اثنتين من الطرائق الأخرى، أن تتحققا من إمكانية نيل طفلك ما يحتاجه من خدمات لبلوغ النجاح.

يحقق بعض المتمردين من الأطفال، الذين يظهرون مشكلات سلوكية مزمنة، الأهلية لنيل الخدمات الخاصة ضمن فئة الأمراض الأخرى. يتم ذلك حين لا يمثل تمرد الأطفال وعدم امتثالهم المشكلتين الوحيدتين، ويصابون بأمراض أخرى، كاضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه، على سبيل المثال، حيث تشير الإحصاءات إلى إصابة 30% من الأطفال المتمردين، على وجه التقريب، بذلك المرض[66]. إن رأت المدرسة أن اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه يؤثر في أداء الطفل الدراسي، فيمكن أن يزود بخدمات التعليم الخاص ضمن فئة الإصابة بأمراض أخرى. يمكن أن توفر المدارس خدمات التعليم الخاص، بطريقة مماثلة، لمن تشخص حالاتهم من الأطفال باضطراب القلق، والاكتئاب، وغيرها مما يصاحب اضطراب العناد الشارد في بعض الأحيان.

إن اعتقدت بإمكانية إصابة طفلك باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه، أو اضطراب القلق، أو الاكتئاب، أو غيرها من الأمراض السلوكية، فاعرض الطفل على طبيب العائلة. إن شخص الأخير إصابة الطفل بأي من تلك الأمراض، فستلزم المدرسة بالنظر فيما يقدمه من بيانات، وكيفية تأثير المرض في أداء طفلك الدراسي.

الطريقة الثالثة لنيل الخدمات الإضافية:

توجد طريقة ثالثة لنيل الخدمات الإضافية من قبل الأطفال المصابين بأمراض سلوكية مزمنة. تعرف تلك الطريقة، كما تدعى في التربية، بالخطة 504. تشمل الأخيرة، من بين الإعاقات الأخرى، من يتأثر تعلمهم من الأطفال، بصورة جوهرية، بما يعانون من مشكلات سلوكية. إن عجز طفلك، على سبيل المثال، عن إكمال عمله الفصلي بصورة نموذجية، أو استبعد من الفصل بصورة متكررة لسوء سلوكه، أو رفض الامتثال لأوامر المعلمين، فيمكن أن تقترح المدرسة أهليته لنيل الخدمات الخاصة وفق الخطة 504، بما يشمل العديد ممن

يكافحون في الفصل من الأطفال المصابين باضطراب العناد الشارد. يستلزم الحصول على الخدمات الخاصة وفق الخطة 504، بكل الأحوال، الحصول على وثيقة طبية مفصلة بشأن ما هو محدد من الأمراض.

ماهية الخدمات الخاصة:

يتجسد السؤال الأكثر أهمية، حين تقرر المدرسة أهلية طفلك لنيل الخدمات الإضافية، وفق أي من الطرائق الثلاث المحتملة، في ماهية ما يحتاج من تلك الخدمات. يتعين عليك، بغية الإجابة عن ذلك السؤال، العودة إلى ما أنتجت تلك العملية من مشكلات في المقام الأول. يمكن أن يعاني طفلك المشكلات الآتية، على سبيل المثال:

- مشكلة في الإصغاء إلى المعلم حين يقدم المعلومات ويعطي التوجيهات.
- صعوبة في التركيز، وإنجاز العمل الفصلي.
- مشكلة في إنجاز الفروض المدرسية في الوقت المحدد.
- صعوبة في التوافق مع الأقران.
- الشجار مع المعلم نتيجة رفض الامتثال لأوامره.

يجدر بالخطة التعليمية الفردية توضيح كيفية مقاربة كل من مشكلات الطفل، على النحو الآتي:

- الإصغاء: يزود المعلم الطفل بملخص للأفكار الرئيسة التي تم تلقينها. إن كان يدرس الرياضيات، على سبيل المثال، فسيعطي معادلة حسابية للطفل، ويريه كيفية حلها.
- العمل الفصلي: السماح للطفل بأداء عمله الفصلي في زاوية خلفية منعزلة من الفصل.
- الفروض المدرسية: يذهب الطفل إلى غرفة المعلم، عقب انتهاء الدوام، للحصول على العون فيما يتعلق بأخذ الفرض المدرسي المناسب إلى المنزل، إضافة إلى المواد المناسبة، وتوضيح للوالدين حول ما يجب إنجازه.

- التوافق مع الأقران: إلحاق الطفل بجلسات علاجية مع غيره من الأطفال، ذوي العمر المماثل، الذين يعانون، على حد سواء، مشكلة في التوافق مع الأقران.
- الشجار مع المعلم: تحسين العلاقة مع الطفل، ومنحه الجداول بما يجب إنجازه من عمل يومي.

الخدمات العامة:

يجدر بك معرفة ما يتسم بالمنطقية والملاءمة من الخدمات، بغية تحصيل المناسب منها. لا توجد مجموعة محددة من الخدمات التي تلبي حاجة كل من الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة. هاك، بكل الأحوال، بعضاً مما يتسم بالشيوع والفائدة، بالقدر الأكبر، من تلك الخدمات:

معاون المعلم: يعمل معاون المعلم في الفصل تحت الإشراف المباشر للمعلم المجاز. يمكن لمعاون المعلم، على أقل تقدير، أن يمضي بعضاً من وقته في العمل بصورة مباشرة مع الطفل فيما يتعلق بالشرح، والتشجيع، وإعادة التوجيه، بما يمكن الطفل من إنجاز عمله الفصلي. يزود معاون المعلم الطفل، في الكثير من الأحيان، وفق ما يوجهه المعلم المجاز، بتوجيهات فردية فيما يشق على الطفل من المناحي. يمثل معاون المعلم، على حد سواء، مصدراً إضافياً للرقابة في الفصل، بما يمكنه، في الكثير من الأحيان، من ملاحظة الأحداث البسيطة، وإعادة توجيه الطفل قبل استحالتها إلى ما هو جسيم من الأحداث. يمكن لمعاون المعلم، في نهاية المطاف، أن يستبعد الطفل (بما يفترض أن يتسم باللطف) حين يخفق في تلبية متطلبات الفصل.

مشرف المدرسة الاجتماعي: يفتقر معظم الأطفال، من ذوي المشكلات السلوكية، إلى المهارات الاجتماعية الرئيسة. يجهلون، في الكثير من الأحيان، كيفية اللعب مع الأطفال الآخرين أثناء الفسحة المدرسية، أو السؤال بلباقة عما يحتاجون، أو إدراك التلميحات غير اللفظية حول توجه الأطفال الآخرين إلى الابتعاد عنهم أو التقرب إليهم. يجهل أولئك الأطفال، إضافة إلى ذلك، في الكثير من الأحيان، كيفية السيطرة على غضبهم حين يشعرون بالاستياء. يمكن لمشرف المدرسة الاجتماعي تلقين أولئك الأطفال ما يحتاجون من المهارات الاجتماعية في تلك المجالات وغيرها.

طبيب المدرسة النفسي: يقدم طبيب المدرسة النفسي العون، من بين أمور أخرى، إلى معلمي الفصول فيما يتعلق بتعديل المناهج وآلية التوجيه، بما يكفل تلبية حاجات الطفل التعليمية بصورة أفضل. يمكن لطبيب المدرسة النفسي، على حد سواء، المساعدة في صياغة خطط دعم السلوك الإيجابي، وتهيئة ما يحتاج الطفل من ظروف لإبراز السلوك الملائم. يمكن لطبيب المدرسة النفسي، في نهاية المطاف، تحديد التدخلات المطلوبة، والعمل على تنفيذها، لمساعدة المعلمين في الاستجابة بفاعلية حين يعاني الطفل المشكلات السلوكية.

معالج النطق واللغة: يعاني العديد من الأطفال المتمردين مشكلات في فهم اللغة الاستقبالية (ما يقال لهم)، واستخدام اللغة للتعبير عن أنفسهم. لا يمكن لأولئك الأطفال في الكثير من الأحيان، من بين مشكلات أخرى، تعيين مشاعرهم وتوصيفها بصورة صحيحة، تتسم بالدقة. تتسم تلك المهارة بالأهمية؛ لأن ما نستخدمه من كلمات يوجه تفكيرنا. إن لم يعلم الطفل سوى كلمة غاضب، على سبيل المثال، للتعبير عن أحاسيسه، فسينزع للاستجابة بطريقة غاضبة لكل ما يثير مشاعره من المواقف. يعمد العديد من معالجي النطق واللغة إلى توسيع أدوارهم، لمساعدة أولئك الأطفال في تعلم كيفية تعيين مشاعرهم وتوصيفها بصورة صحيحة، مما يسهم في الحد من سلوكهم العدائي.

تقويم أداء الطالب. يجدر بفريق الطفل التعليمي، الذي تشكل أحد أعضائه، على حد سواء، أن يحدد كيفية تقويم الطالب فيما يتعلق بعمله المدرسي، وكيفية انعكاس ذلك التقويم على التقرير المتعلق بالطفل. تختلف المدارس، بصورة كبيرة، حول كيفية مقاربة تلك المشكلة، ولا يوجد ما يتسم بالأفضلية من الحلول المنفردة، كما تبدو عليه الحال.

إدارة الحالة:

يتعين عليك أن تدرك، إن حقق طفلك الأهلية لنيل الخدمات الإضافية بسبب مشكلاته السلوكية، عدم وجود ما هو سريع من الحلول لمشكلاته، على الأرجح. لا تتلاشى أنماط السلوك العدواني الراسخة، التي يظهرها أولئك الأطفال، بصورة مفاجئة، وإن حظوا بأفضل الخدمات الإضافية. سيحتاج طفلك، على الأرجح، لخدمات التعليم الخاص سنوات طويلة، حتى بلوغه المدرسة الثانوية على وجه الاحتمال. سيتناوب العديد من المعلمين، والمشرفين،

والموجهين أثناء تلك المدة. سيعمل معلمون ومشرفون جدد على تعليم طفلك، في بداية كل عام، ولن يعلموا الكثير عنه في بادئ الأمر. لا يتم إعلام أولئك المعلمين، في الكثير من الأحيان، بما يمكن الطفل، من «حيل» بسيطة، من النجاح في المدرسة، أو ما يثير نوبات غضبه من دقائق الأمور، ومن ثمَّ يتعين عليك أن تدير حالة طفلك على المدى الطويل.

يتعين عليك، بوصفك مديراً لحالة الطفل على المدى الطويل، أن تعمل على حفظ سجلاته. يمكن أن تحتاج لما هو ضخم من المجلدات، التي يمكن تقسيمها. يستخدم القسم الأول من المجلد في حفظ البيانات الطبية المتعلقة بتاريخ الطفل التطوري، ومشكلاته الصحية المزمنة، وأي من الحوادث أو الأمراض ذات الصلة. إن لم تستذكر تاريخ طفلك الصحي، فسيملك طبيب العائلة المعلومات المتعلقة به، التي تعود إليك في نهاية المطاف. يمكن أن تحصل على نسخة عن أي من تلك السجلات الطبية، بغية حفظها في ملفك المتعلق بإدارة حالة الطفل.

يستخدم القسم الثاني من المجلد في حفظ التقويمات والتقارير الصادرة عن الأطباء النفسيين، ومعالجي النطق، والمعلمين الخصوصيين، وغيرهم من المختصين. سيتخذ ذلك القسم ما هو كبير من الأحجام. يجدر بك مراعاة التسلسل التاريخي عند إعداده، كما الأقسام كلها، بحيث توضع أحدث البيانات في مقدمته. ستحتاج، في نهاية المطاف، لإدراج قسم حول غايات خطة التعليم الفردية المتعلقة بالطفل، والتقارير المتعلقة بتقدمها. يمكن جمع ما تحتاجه من المعلومات المتعلقة بالمدرسة بسهولة. يمنحك القانون الفيدرالي الحق في الوصول إلى جميع سجلات طفلك الموجودة في المدرسة.

يعمد أحد المعلمين إلى الإشراف على تقدم طفلك، ومتابعته، طوال سنة دراسية كاملة. ينتقل طفلك، فيما بعد، بصورة تلقائية، إلى معلم آخر، يقوم بالمهمة ذاتها في السنة الدراسية المقبلة. لا يوجد، بكل الأحوال، من يتعقب تقدم طفلك، بصورة منهجية، طوال سنوات دراسته. يتعين عليك القيام بذلك. لا يجدر بك الاكتفاء بمتابعة تقدم طفلك أثناء كل من سنوات دراسته؛ بل توفير تلك المعلومات، وفق ما تقتضي الحاجة، لفريق طفلك التعليمي. ومن ثمَّ يجدر بك الاجتماع بمعلم الطفل الجديد، في بداية كل من السنوات الدراسية، لإطلاعه على ما يفيد من المعلومات بشأن طفلك. يمكن أن يقدم ملخص من صفحة واحدة، يترك لدى المعلم، الفائدة بذلك الصدد. هاك ملخصاً مماثلاً أعده أحد الآباء:

ورقة تلخيصية

جايسون ________________ 1 أيلول/ سبتمبر   الصف الثالث

الاهتمامات: الديناصورات، ألعاب الحاسوب، كرة القدم.

نقاط القوة: الرغبة في مساعدة البالغين، والقدرة على العناية بنفسه في المجتمع، وولع شديد بالمعلومات، وحب الفضول.

أنماط السلوك: عدم إكمال العمل الفصلي، العدوانية مع الأقران، نوبات الغضب في الفصل.

المحفزات: توجيه الأوامر إليه بنبرة حادة مرتفعة.

مطالبته بإنجاز الكثير من العمل في وقت قصير، بالنظر إلى كراهيته الإخفاق في ذلك.

التغييرات المفاجئة في الروتين اليومي، كالإنصات إلى أحد المتحدثين من الضيوف أثناء الوقت المخصص للقراءة.

الأساليب المفيدة: ترك الفصل حتى يهدأ. سيقوم بذلك إن عُرض عليه، أو مُنح القليل من العون. إن أمر بمغادرة الفصل، أو اصطحب بقوة إلى خارجه، فيمكن أن ينهار على الأرض، ويتعرض لنوبة من الغضب.

مستوى القراءة: قال معلمه، في نهاية أيار/ مايو، إن مستواه في القراءة بلغ 2.6 درجة، مع تمتعه بما هو جيد من الإدراك.

مستواه في الرياضيات: هو جيد في الرياضيات. يمكن أن يساعد حل المسائل في تهدئته أحياناً. قال معلمه، في نهاية أيار/ مايو، إن مستواه في الرياضيات بلغ 4.2 درجة.

التواصل: رقم هاتف المنزل: 8455555

رقم هاتف عمل الأم: 6425555

رقم هاتف عمل الأب: 3455555

الانضباط:

يجدر بفريق طفلك التعليمي مقاربة ثلاث من المسائل المتعلقة بالانضباط: الأولى، ماهية ما سيطبق من خطط دعم السلوك الإيجابي، بما يوفر الظروف التي تشجع الطفل على اتباع السلوك الإيجابي، الملائم اجتماعياً. الثانية، كيفية تدخل المعلمين حين يظهر الطفل السلوك السلبي، كما يحدث، على سبيل المثال، حين يرفض بإصرار أداء أي من أعماله الفصلية، أو يصاب بنوبة من الغضب، ويعمد إلى الإطاحة بمقعده. الثالثة، ماهية ما يجدر بالطفل أن يتعرض له من عواقب عند إظهار أنماط سلبية معينة من السلوك. يجدر بك، بوصفك عضواً في الفريق، أن تشارك في النقاشات المتعلقة بتلك المسائل، بغية تطوير ما تؤيده من خطط.

يؤكد المثالان الآتيان أهمية مشاركتك في تطوير خطط الانضباط: يتمحور المثال الأول حول طفل في الصف الثاني، انتقل أثناء الصيف إلى بلدة صغيرة في الشمال من الغرب الأوسط. لفت الطفل، البالغ سبعة أعوام، انتباه مجتمعه، قبل بدء العام الدراسي، حين استخدم البندقية لإطلاق قذائف الخردق على نوافذ حافلة باهظة الثمن تحوي منزلاً متنقلاً. عمد الطفل، قبل أن يتم اعتقاله نتيجة لذلك التخريب، إلى إشعال النار في عدد من المباني المهجورة داخل البلدة. عملت المحكمة، من بين أشياء أخرى، على تحويل الطفل إلى مركز الصحة النفسية المحلي بغية تقويمه من الناحية النفسية، لتشخص حالته بالإصابة باضطراب العناد الشارد، واضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه. عمد مدير المدرسة، لعلمه أن الطفل سيلتحق بها في الخريف، إلى المطالبة بالحصول على سجلاته من مدرسته السابقة في إحدى الولايات المجاورة. كشفت سجلات الطفل عن فصل الطفل من الحضانة مدة تسعين يوماً، بينما فصله المدير، حين كان في الصف الأول، ما يعادل مجموعه ستين يوماً دراسياً. خرق مدير المدرسة السابقة، عبر القيام بذلك، على الأرجح، القانون الفيدرالي الذي يمنح الطفل حق الحصول على ما هو مناسب من التعليم، وقد نجا بفعلته تلك لتقاعس الوالدين عن لقائه بغية الدفاع عن طفلهما.

يدور المثال الثاني حول تلميذ في المرحلة المتوسطة. شخصت حالته باضطراب العناد الشارد. رفض الطفل باستمرار أداء عمله الفصلي، وقد أثبتت الاختبارات قدرته على إنجاز

ذلك العمل، ليتخذ معلموه القرار بمعاقبته حتى يلتزم بأداء عمله الفصلي. بدأ الأخيرون بحرمانه من تناول الغداء، لتخفق تلك الوسيلة، ويبادروا إلى حرمانه من حضور الحصة الوحيدة التي كان يستمتع بها: التربية البدنية. عمد المعلمون، فيما بعد، إلى حرمانه من الامتياز تلو الآخر، ليزيد الطفل من إصراره على رفض القيام بعمله الفصلي. تطور ذلك الصراع، المتمحور حول السيطرة، ليوضع الطفل في غرفة خالية، ويطالب بإنجاز ست صفحات من العمل الفصلي البسيط، مقابل استعادة امتيازاته الضائعة كلها. جلس الطفل في الغرفة مدة أسبوعين، رافضاً الإمساك بقلمه، على أقل تقدير.

يدل المثالان السابقان بوضوح على ضرورة متابعة الكيفية التي تضبط بها المدرسة طفلك. تملك الحق في المشاركة في تطوير ما تضعه المدرسة من خطط الانضباط المتعلقة بطفلك. حسبك أن تمارس ذلك الحق!

خطط الانضباط المشتركة بين الوالد والمدرسة

يمكن أن يعمد المعلم، عند مشاركتك في تطوير خطط الانضباط المتعلقة بطفلك، إلى تقديم الاقتراحات حول التنسيق بينكما لوضع خطط كفيلة بدعم أنماط معينة من السلوك –كإنجاز العمل الفصلي على سبيل المثال. يمكن أن تخاطبك المعلمة، بذلك الصدد، قائلة: «أعتقد، إن عملنا معاً، أن بمقدورنا تحسين قدرة طفلتك على إنجاز عملها الفصلي. سأمنح طفلتك نجمة، بدءاً من الإثنين المقبل، كلما أنجزت إحدى المهام المتعلقة بعملها الفصلي. إن جمعت الطفلة عشر نجمات بحلول نهاية الأسبوع، فيمكن أن تصطحبها لتناول المثلجات فيما بعد ظهيرة يوم السبت. لا يساورني الشك، لمعرفتي بمدى محبتها للمثلجات، بأنها ستعمل بجد لإنجاز عملها الفصلي، بغية نيل تلك المكافأة».

ما يمكن أن يفوق في أفضليته إنجاز طفلك المزيد من مهام عمله الفصلي؟. سيندفع أي من الوالدين لقبول ذلك العرض. لا تفعلن!. لا ينجح ما يشترك الوالدون والمعلمون في وضعه من خطط المكافآت، بالنظر إلى ما يحدث من انقطاع في التواصل بين البيت والمدرسة. يمكن، على سبيل المثال، أن تخفق الطفلة في نيل العدد المطلوب من النجمات، ليحل يوم السبت، وتطالب والدها بالذهاب لتناول المثلجات، بعد أن تريه نجماتها العشر. سيعمد

الوالد جاهلاً أن ابنته عثرت على مصدر بديل من النجمات المماثلة لما توزعه المعلمة، إلى اصطحابها لتناول المثلجات. يمكن أن تدفع المصادفة المعلمة لرؤيتهما في محل المثلجات. ستشعر الأخيرة، عند حدوث ذلك، بما يمكن تفهمه، أن الوالد يقوض اتفاقهما المشترك حول مكافأة الطفلة.

يمكن أن تقترح المعلمة، بالمقابل، أن يعاقب الوالد الطفلة على ما تظهره من أنماط السلوك السلبية في المدرسة، كما يحدث حين تخاطب الوالد قائلة: «تعمد لاتيشا إلى دفع الأطفال الآخرين حين تشعر بأنهم يعترضون طريقها. كانت أميليا تقف عند باب الفصل بالأمس، لتتذكر لاتيشا أنها نسيت حقيبة كتبها في المكتبة. عمدت لاتيشا عوضاً عن أن تخاطب أميليا قائلة: «دعيني أمر من فضلك»، إلى دفعها بقوة، بحيث سقطت على الأرض، وارتطم رأسها بزاوية الباب، مما أحدث جرحا بليغا به. يتعين على لاتيشا، بكل بساطة، أن تتوقف عن دفع الأطفال الآخرين!. هاك ما أود أن تفعل. سأتصل بك على الفور إن عمدت لاتيشا إلى دفع أي من الأطفال الآخرين. أود أن ترسلها إلى غرفتها، ما إن تصل إلى المنزل. يتعين عليها أن تبقى في الغرفة بقية الأمسية، بما لا يشمل مغادرتها لتناول العشاء. لا يساورني الشك، إن ساعدتني فيما يتعلق بذلك الصدد، بأن لاتيشا ستتوقف عن دفع التلاميذ الآخرين!».

لا تفتقر خطة المعلمة إلى المنطقية، مجدداً. مَنْ مِنَ الآباء يرغب في أن تقوم ابنته بدفع التلاميذ الآخرين ومضايقتهم؟. سيدعم أي من الآباء اقتراح المعلمة حول معاقبة الطفلة، ولكن لا تفعلن!

ما الذي سيحدث، على سبيل المثال، لو خططت العائلة للذهاب إلى منزل الجدة، في تلك الأمسية، بغية الاحتفال بعيد ميلادها الثمانين؟. لن يرغب الوالد في إثارة استياء الجدة، ليعمد إلى إخبار لاتيشا بأنها لن تعاقب في تلك الأمسية؛ بل التي تعقبها.

لنفرض أن المعلمة استمعت إلى لاتيشا مصادفة، في اليوم المقبل في المدرسة، بينما كانت تخبر صديقتها بذهابها إلى منزل الجدة في الأمسية السابقة، فضلاً عن تناول الكعك والمثلجات!. لم تمثل تلك القصة كاملة بالطبع، ولكن المعلمة استمعت إلى ذلك القدر، ولا بد أنها شعرت بالخيانة.

فكرة رئيسة:

لا يجدر بك مكافأة طفلك أو معاقبته بناء على ما يقوم به في المدرسة.

لا يتسم التواصل بين الوالدين والمعلمين بالاستمرارية بما يسمح للطرفين بإبرام عقود، يعطي أحد الطرفين فيها (المعلم) توجيهات للطرف الآخر (الوالد) حول ما يلائم من المواقف لمعاقبة الطفل أو مكافأته. إن تقدم المعلم بمثل ذلك الاقتراح فاعمد إلى رفضه. يمكن أن تخاطبه، بذلك الصدد، قائلاً: «نعتقد أن من الأفضل للمدرسة أن تتولى معالجة ما يقع من حوادث في المدرسة، بينما نعالج ما يقع من حوادث في المنزل».

مساعدة طفلك في النجاح في المدرسة

الفروض المدرسية:

يلقى الأطفال ذوو المشكلات السلوكية، في العديد من الأحيان، الكثير من المشقة فيما يتعلق بإنجاز عملهم الفصلي وفروضهم المدرسية في الموعد المحدد. تسجل كل من تلك الإخفاقات في كراسة الدرجات، ولا يسهم تراكمها إلا في رسوب الطفل في نهاية المطاف. إن مثلت تلك حال طفلك، فيمكن أن تساعده عبر ثلاث من الطرائق:

أوجد وقتا للسكينة العائلية، كما في الاقتراح الوارد في الفصل الثاني. لا يعني ذلك سوى انخراط العائلة برمتها فيما يتسم بالهدوء من الأنشطة. يستلزم وقت السكينة إطفاء التلفاز، وخلو البيت من الضيوف، وعدم تحدث الشقيقة الكبرى بالهاتف. يقدم وقت السكينة العائلي العون للطفل فيما يتعلق بإنجاز فروضه المدرسية.

يمكن أن تساعد طفلك في تجزئة فرضه المدرسي في كل من الأمسيات. لا يرى الأطفال، ممن يكافحون لإنجاز فروضهم المدرسية، لا يرتأون في الأخيرة، حين يعمدون لأدائها في المساء، إلا ما هو شاق من المهام، وهائل من أكداس الكتب والأوراق، ومن ثمَّ يشعر الأطفال في الكثير من الأحيان، بثقل وطأة الفرض المدرسي بحيث يعجزون عن أدائه قبل أن يحاولوا البدء في ذلك. يتعين عليك، بالنتيجة، أن تجزّئ فرض طفلك المدرسي إلى ما يمكن إنجازه

من الأقسام، فضلاً عن إظهار ما هو إيجابي من الردود، ومنح استراحات قصيرة عقب الانتهاء من كل من الأقسام الصغيرة. قدرت السيدة هاردينغ، على سبيل المثال، أن طفلها جون، تلميذ الصف الرابع الابتدائي، بحاجة إلى ما يقارب الأربعين دقيقة لإنجاز فرضه المدرسي، مما يسبب الكثير من العناء للطفل، فعمدت الأم لتجزئة الفرض المدرسي إلى ثلاثة أقسام صغيرة، قبل أن تخاطب طفلها قائلة: «لنبدأ بصفحة الرياضيات. تحوي عشراً من المسائل. إن احتجت مساعدتي، فأعلمني بذلك. سأطلع على إجابتك، حين تنجز حل المسائل». أخذ الطفل استراحة قصيرة، حين أنهى حل المسائل العشر، بينما اطلعت أمه على الصفحة التي تحويها، لتتأكد من إنجازها. أثنت الأم على الطفل قبل أن تسلمه القسم الصغير المقبل من الفرض المدرسي.

تسير الأمور لدى بعض الأطفال، فيما يتعلق بإنجاز الفرض المدرسي، على النحو الآتي: يسأل الأب ابنته، بينما تجلس العائلة إلى مائدة العشاء، قائلاً: «كيف كان يومك؟».

تجيب الطفلة قائلة: «جيداً».

«هل لديك أي من الفروض المدرسية في هذه الأمسية؟».

ترد الطفلة قائلة: «لا».

كلفت الطفلة، في الحقيقة، بإنجاز فروض مدرسية في ذلك اليوم، ولكنها نسيت أن المعلم قد طالب بذلك. لو افترضنا أن النقاش سيذكر الطفلة بفرضها المدرسي، في نهاية المطاف، فلن يحدث ذلك أياً من الفروق، لأنها تجهل ماهية الفرض بالنتيجة.

إن مثل ذلك حال طفلك، فيمكن أن تقدم العون. يجدر بك لقاء المعلم بغية وضع سجل للفروض المدرسية. سيعمد المعلم، أو معاونه، إلى ملء السجل، وإعطائه للتلميذ عقب نهاية كل من أيام الدوام المدرسي، فضلاً عن التأكد من مغادرة الطفل بكل ما يستلزمه من المواد والكتب الضرورية لأداء فرضه المدرسي. إن لم يكلف الطفل، بالمقابل، بأي من الفروض المدرسية، في أي من أيام الدراسة، فيجدر بذلك أن يسجل على حد سواء. يتعين عليك، عند نهاية كل من الأمسيات، أن تدون في السجل كيفية إنجاز الفرض المدرسي، وأن تخبر المعلم، بما يتسم بالأهمية على وجه الخصوص، عن السبب في عدم إنجاز أي من الفروض المدرسية.

يمكن أن تتعرض العائلة، في بعض الأحيان، على سبيل المثال، لما هو طارئ من الأمور ومفاجئ من الأحداث، بما يتسم بالاعتيادية في حياة كل من العائلات. سيتفهم المعلم ذلك، حين تعمد إلى شرحه، بالنقيض من قدوم الطفل خالي الوفاض، دون إيراد أي من المسوغات.

التواصل بين الوالد والمعلم:

يثمن معلمو الأطفال المتمردين تواصل الوالدين بصورة يومية معهم. يخبر الوالد المعلم، في ذلك السياق، بأي من الأحداث المنزلية التي يمكن أن تؤثر في يوم الطفل الدراسي، كما يحدث، على سبيل المثال، حين يخاطب الوالد المعلم قائلاً: «اصطحبنا سارة إلى الطبيب البارحة، ليشخص إصابتها بالتهاب في الأذن، ويصف لها المضادات الحيوية. يمكن أن تعاني صعوبة في السمع في الفصل اليوم، إن كنت تقف إلى اليمين منها، على وجه الخصوص، أثناء قيامك بالشرح. يمكن أن تشعر بالإعياء، على حد سواء، أو ترتفع درجة حرارتها قليلاً. إن حدث ذلك بالفعل، فلا ضير من إرسالها إلى ممرضة المدرسة لأخذ قرص من التايلينول». سيأخذ المعلم تلك المعلومات بعين الاعتبار، وسيتفهم، بالنتيجة، إن طالبته الطفلة بتكرار شرح أي من النقاط، أو وضعت رأسها على المقعد بينما يجدر بها حل مسائل الرياضيات، أو طالبت بالبقاء في الفصل أثناء الفسحة.

المشكلات في المدرسة:

يمكن أن تتلقى، على الأرجح، بين الفينة والأخرى، المكالمات من معلم الفصل أو سكرتير المدرسة، بغية إعلامك بما قام به طفلك المتمرد من أمور رهيبة في المدرسة ذلك اليوم. ستشعر بالضيق والحرج من جراء ذلك. يجدر بطفلك، في نهاية المطاف، أن يتصرف بما هو أفضل من الطرائق!. ستنتظر لقاء طفلك عند عتبة الباب بصبر نافد، بغية معاقبته بشدة على ما فعل في المدرسة. لا تفعلن ذلك!

تتمحور مسؤولية المعلم أو المدير، لا مسؤوليتك، حول إيجاد العاقبة الملائمة لأي سلوك سلبي يمكن أن يظهره الطفل في المدرسة. لا يحتاج الطفل لاختبار عاقبة أخرى، أو حتى التعرض للتوبيخ، حين يعود إلى المنزل، بالنظر إلى ما يجب أن يمثله الأخير من ملاذ آمن للطفل من التوترات، والمشكلات، والأخطاء المرتكبة في المدرسة.

استقبل طفلك المحزون بذراعين مفتوحتين حين يعود إلى المنزل. إن اندفع الطفل نحوك فاعمد إلى معانقته ومواساته، قائلاً: «سمعت أنك مررت بيوم سيئ في المدرسة. أشعر بالأسف لحدوث ذلك». سينهار الطفل، على الأرجح، باكياً، لتأثره بما تظهر من دعم وتفهم، وسيعمد إلى إخبارك بما حدث، ومدى شعوره بالأسف لذلك. يمكن أن يحالفك الحظ، إن تصرف طفلك بتلك الطريقة، لتتمكن من مساعدته في إدراك السبب فيما أبداه من سلوك سيئ، وكيفية التصرف بشكل مختلف، في المرات المقبلة، حين يتعرض لمواقف مماثلة.

المدارس التي تقصر في أداء واجباتها:

يكتشف الآباء، من وقت لآخر، أن المعلمين يفتقرون إلى الرغبة أو القدرة على توفير الخدمات الضرورية والملائمة لمقاربة احتياجات أطفالهم. إن شعرت بحدوث ذلك، فيمكنك اللجوء إلى أحد المصدرين الآتيين لتلقي العون:

تعين كل من دوائر التربية في الولايات طاقماً مسؤولاً بالدرجة الأولى عن الاستجابة لشكاوى الوالدين حول مدارس معينة. تتمثل إحدى مهام الطاقم في النظر في الشكوى للتحقق مما إذا كانت المدرسة قد التزمت، على وجه الدقة، بمسؤوليتها المتمثلة في توفير التعليم المناسب لطفلك. يعمل طاقم الدائرة، على حد سواء، على حل النزاعات بين الوالدين والمدرسة.

يتجسد مصدر العون الآخر في خدمة «الحماية والدفاع»: عمدت الحكومة الفيدرالية، استناداً إلى الحقيقة المتمثلة في عدم توفير بعض الوكالات ما هو مناسب من الخدمات لذوي الإعاقات، إلى تأسيس خدمة الحماية والدفاع، التي تدعى في الكثير من الأحيان «P&A».[67] يوجد مكتب للحماية والدفاع في عواصم كل من الولايات، فضلاً عن فروعه في كل من المجتمعات متوسطة الحجم، على وجه التقريب، في تلك الولايات. يمكن الحصول على رقم الخدمة المجاني من شبكة المعلومات، أو دليل الهاتف المحلي.

فكرة رئيسة:

يمكنك، إن دعت الحاجة، الاتصال بدائرة التربية في الولاية، أو خدمة الحماية والدفاع. ابحث في شبكة المعلومات عن الأرقام الهاتفية المطلوبة.

سيستمع موظفو الحماية والدفاع إلى مخاوفك. إن رأى الأخيرون أن المدرسة لا تلتزم بالقوانين الفيدرالية التي تمنح طفلك الحق في التعليم المناسب، فسيعمل مكتب الحماية والدفاع على ترتيب لقاء مع المعنيين في المدرسة، وستوجه الدعوة إليك للحضور. تتمثل النتيجة النموذجية لذلك الاجتماع في بدء المدرسة توفير ما يستحق طفلك من التعليم المناسب.

خاتمة:

يواجه معظم الأطفال، من ذوي المشكلات السلوكية، المتاعب في المدرسة فيما يتعلق بعلاقاتهم مع أقرانهم، ومعلميهم، فضلاً عما يلقونه من صعوبة في تحصيلهم العلمي. لا تأمل بحدوث الأفضل حين ترسل طفلك إلى المدرسة. يجدر بك أن تتوقع، عوضاً عن ذلك، حاجة طفلك إلى مساعدتك. بادر إلى الاتصال بالمدرسة، متحدثاً إلى المدير ومعلم طفلك، لتأسيس ما يسمح لك، من علاقات العمل، بأداء دور فاعل فيما يتعلق بالدفاع عن طفلك وحقوقه.

يمكن أن يستمر طفلك في مواجهة الصعوبات في المدرسة، على الرغم مما تبذله من جهود وقائية. يمكن، في تلك الحالة، أن تعمل على تأمين خدمات إضافية بغية مساعدة طفلك في النجاح في المدرسة. ستثمن الأخيرة اهتمامك بتعليم طفلك، وستعمد إلى الاستجابة بلا تردد للتحقق من حاجة طفلك وأهليته لنيل الخدمات الإضافية. تذكر على الدوام أن المدارس قد وجدت لمساعدة الأطفال في النجاح، وأنها ترغب في نجاح طفلك بقدر ما تفعل.

تطبيقات

يتعين على الوالد، إن رغب في نجاح طفله المتمرد في المدرسة، أن يعمل عن قرب مع القائمين عليها. يحتاج طفلك إلى دعمك العاطفي في المنزل لمغالبة الإحباطات والمشكلات التي يواجهها، بصورة يومية، في المدرسة. يحتاج طفلك، إضافة إلى ذلك، إلى تواصلك مع المدرسة، ودفاعك المتواصل عنه. يمكنك القيام بذلك، بالنظر إلى ما تملكه من المعلومات المهمة عن طفلك، التي يتعين على المدرسة معرفتها بغية تطوير فهم أفضل لوضع طفلك واحتياجاته.

1. تأسيس العلاقة مع موظفي المدرسة: يمكن أن تتلقى اتصالاً من المدرسة، أثناء بضعة الأسابيع الأولى من بدء العام الدراسي، بغية التماس المتطوعين. تدرك المدرسة أن العديد من الآباء يعملون خارج المنزل، مما يدفعها لتنويع أنشطتها كي تلائم جداول الوالدين. تأمل في الأنشطة المحتملة الآتية، وحدد: هل بإمكانك المشاركة فيها؟.

سأتطوع في (اختر نشاطاً أو اثنين):

ـــــــــ المساعدة في الملعب	ـــــــــ المشاركة في الهوايات والاهتمامات
ـــــــــ المساعدة في المقصف	ـــــــــ القراءة للتلاميذ
ـــــــــ رابطة المعلمين وأولياء الأمور	ـــــــــ عرض أعمال التلاميذ الفنية على الجدران
ـــــــــ المساعدة في المشروعات الفنية	ـــــــــ المساعدة في الرحلات
ـــــــــ جمع التبرعات	ـــــــــ جلب الأطعمة والهدايا في المناسبات الاجتماعية

إن لم تبادر المدرسة إلى طلب المتطوعين، فسيكون من المناسب أن ترسل الملاحظة الآتية إلى معلم طفلك:

أنا والد يقدر العلاقة الجيدة بين المنزل والمدرسة. هل يوجد ما يمكن أن أفعله لمساعدتك في المدرسة أو الفصل، عبر ـــــــــ ـــــــــ ـــــــــ (اختر

ما يثير اهتمامك من الأنشطة السابقة، أو ما تقترحه من أنشطة أخرى، بغية تقديم الدعم للمعلم)؟. يمكنني الحضور في ______ (أيام الإثنين، على سبيل المثال، من الساعة الثانية والنصف حتى الثالثة، في كل من أسبوع).

2. المبادرة إلى الاجتماع بمعلم طفلك: تعقد الاجتماعات بين المعلمين وأولياء الأمور، في العادة، في شهر تشرين الثاني/ نوفمبر، عقب تسعة أسابيع من بدء العام الدراسي. لا يمكن لذوي الأطفال المتمردين انتظار تلك المدة حتى يلتقوا معلمي أطفالهم، ومن ثمَّ يتمثل الحل الأفضل في طلب الاجتماع بمعلم طفلك أثناء الأسبوعين الأولين من العام الدراسي. يتجسد الهدف من الاجتماع في بناء علاقة إيجابية مع المعلم، وإطلاعه على المعلومات المتعلقة بطفلك، بما يمكنه من البدء بصورة جيدة. لا تفترض أن المعلم الجديد قد اطلع على ما قدمته من معلومات للمدرسة في العام الدراسي المنصرم.

اعمد إلى إعداد ورقة تلخيصية حول نقاط القوة لدى طفلك، وأنماط سلوكه، وأي من الأمراض المرافقة لها، بغية التحضير للاجتماع مع المعلم:

نقاط القوة:

ما يحسن طفلك القيام به على وجه الخصوص؟، فيم يبرع ويتألق بصورة فعلية، ومتى يفعل ذلك؟. تقدم الإجابة عن هذين السؤالين العون للمعلم فيما يتعلق بتأسيس علاقة إيجابية مع طفلك، وتهيئة مناخ جيد للتعامل معه أثناء العام الدراسي الجديد.

يحسن طفلي التصرف، بالقدر الأكبر، حين ينخرط في الأنشطة الآتية:

____

____

يبرع طفلي في:

__________ __________ __________

__________ __________ __________

أنماط السلوك:

ترغب المدرسة في الاطلاع على ما تراه مفيداً من أساليب الاستجابة لتمرد طفلك وعدم امتثاله. تزيد الفرص لإدراك الطفل تلك الأساليب، واستجابته لها، حين تطبق بصورة متوافقة بين المنزل والمدرسة.

اعمد إلى تعداد ما قمت بتجربته من الأساليب الواردة في هذا الكتاب، بما حقق النجاح بالقدر الأكبر، لك ولطفلك، فيما يتعلق بالتعامل مع السلوك المتمرد:

________________ من الفصل ________ رقم الصفحة

________________ من الفصل ________ رقم الصفحة

يمكن، إضافة إلى ذلك، أن تطبع تلك الأقسام من الكتاب لإطلاع معلم طفلك عليها.

3. إطلاع المدرسة على البيانات الطبية: يتناول العديد من الأطفال المتمردين الدواء لمساعدتهم في التحكم باندفاعهم ومستويات نشاطهم. يتم تغيير كمية ونوعية تلك الأدوية من قبل الأطباء، في العديد من الأحيان، عند بدء العام الدراسي الجديد، استناداً إلى نمو وتطور الطفل. سيطالبك الطبيب بالعمل عن قرب مع المدرسة لمراقبة فاعلية الدواء. يتعين عليك المبادرة بطلب ذلك الاجتماع قبل بدء اليوم الأول من الدراسة، أو أثناء الأسبوع الأول من العام الدراسي، بما لا يتجاوز تلك المدة. يبدأ موظفو المدرسة العمل، بصورة تلقائية، قبل أسبوع من قدوم الطلاب، على أقل تقدير. يمكن أن توجه الرسالة الآتية إلى المعلم، فيما يتعلق بذلك الصدد:

يمر طفلي ________________ بوضع طبي خاص يمكن أن يؤثر في سلوكه، وقدرته على التعلم. أود الاجتماع بك و________________ (تتمثل الخيارات في المشرف الاجتماعي، والممرض، والمدير، وطبيب المدرسة النفسي) لمراجعة سجله الطبي قبل بدء العام الدراسي.

- أحضر الأدوية إلى الاجتماع، إضافة إلى الإرشادات المتعلقة بها.
- أحضر نسخة عن المعلومات من الصيدلية، حول أي من الأعراض الجانبية المحتملة.

- أحضر أياً من التقارير المقدمة من قبل الطبيب حول التشخيص والعلاج.
- أحضر بيانات الاتصال المتعلقة بالطبيب، إن أمكن، وكن مستعداً لتوقيع وثيقة نشر المعلومات، بغية تمكين مدير المدرسة من التحدث إلى الطبيب بصورة مباشرة.

يجدر بك، إضافة إلى ذلك، بغية إيضاح الأمور بالقدر الأكبر، أن تذيل الرسالة بالعبارة الآتية:

أود التأكد من فهم المدرسة النقاط الآتية المتعلقة بوضع ولدي الطبي:

____

____

4. التهيئة للاجتماع: يمكن أن تطالبك المدرسة بالحضور يوماً ما، بوصفك والداً لطفل متمرد، للتعامل مع أي من الأحداث السيئة المتعلقة بسلوك طفلك المتمرد. سيكون من المفيد، في بعض الأحيان، أن تضع قائمة بما تود توجيهه من أسئلة للمعلم، أو غيره من موظفي المدرسة، بغية تهيئة طقس إيجابي مناسب للاجتماع، وإعلام المدرسة برغبتك في التعاون معها. يمكن أن تساعدك الأسئلة الآتية في تطوير حوار مشترك مع المدرسة. اختر ما يمكن أن يناسبك منها:

- ما الأوقات التي يحسن طفلي التصرف أثناءها، بالقدر الأكبر، في يومه الدراسي؟، ما الأوقات التي يسيء التصرف أثناءها، بالقدر الأكبر؟
- ما نجح من المقاربات التي اتبعتموها، بالقدر الأكبر، في التعامل مع مشكلات الطفل السلوكية؟
- هل تودون معرفة المزيد عما ينجح بالقدر الأكبر من المقاربات التي نتبعها في المنزل، فيما يتعلق بالتعامل مع المشكلات السلوكية؟
- مع من يتواصل ولدي بصورة حسنة من البالغين في المدرسة، كما تبدو عليه الحال؟
- هل سيكون من المفيد الحصول على دعمهم فيما يتعلق بالعمل مع طفلي؟

9

الخروج إلى المجتمع

حين حضرت الشرطة

خاطبت السيدة وونغ مجموعة تدريب الوالدين، قائلة: «حدث ذلك قبل عام مضى، على وجه التقريب، ولكنني لا أزال أشعر بالكثير من الحرج حين أذكر نوبة الغضب التي أطلقها كليفورد في مركز التسوق. توجهنا إلى هناك للتسوق لعيد الميلاد، وكان من المفروض أن نستمتع بذلك، وهو ما حدث بالفعل حين انتقيت، برفقة كليفورد، هدايا عيد الميلاد لشقيقتيه. شعر الطفل بالحماسة، للمساعدة في انتقاء حذاء صيد لوالده. مررنا، فيما بعد، بقسم الدراجات الهوائية، وقد كنت أعلم برغبة كليفورد في الحصول على إحداها في عيد الميلاد؛ فتوقفنا لإلقاء نظرة عليها ليعبرّ كليفورد عن إعجابه بإحداها. خاطبته، بينما كنت أهم بالمغادرة، قائلة: «حسناً، من الممكن أن تحصل عليها في عيد الميلاد».

صرخ الطفل بأعلى صوته قائلاً: «أريدها!».

عقبت قائلة: «حسناً، ولكن ليس الآن. ستحصل عليها في عيد الميلاد».

«لم يعِ كليفورد ما قلت، بكل الأحوال. تجسد الموقف، في نظره، في أن هدايا الجميع كانت في عربة التسوق، باستثناء هديته. لا يمكن أن أعبر لكم عن مدى الغضب الذي اعتراه. تعين علي حمله إلى خارج المتجر بينما كان

يركل ويصرخ. حاول الطفل العودة إلى المتجر، مطلقاً العنان لساقيه، حين بلغنا موقف السيارات، وقد كادت إحدى العربات تصدمه. اضطررت إلى الإمساك به وتثبيته بالقوة، لتحضر الشرطة، فيما بعد، إثر بلاغ بقيام إحدى الأمهات بضرب طفلها في موقف السيارات».

يمر جميع أولياء الأطفال المتمردين، على وجه التقريب، بمثل تلك المواقف، إن لم يكن ما يفوقها سوءاً. يضطر العديد من الآباء، نتيجة لتلك التجارب السيئة، إلى ترك أطفالهم المتمردين في المنزل، حين يخرجون للتعامل مع المجتمع. يمكن تفهُّم ذلك، في الحقيقة، ولكنه يدعو للأسف، بكل الأحوال. يمثل التعامل مع المجتمع مهارة اجتماعية يتعين على الأطفال كافة اكتسابها. يجدر بك تعليم طفلك المتمرد تلك المهارة إن افتقر إليها.

يمكن أن ينجح الطفل عند خروجه للتعامل مع المجتمع، ولكن ذلك يستلزم التخطيط بعناية. توجد سبع من النقاط لإنجاح الطفل عند خروجه للتعامل مع المجتمع:

1. إيجاد غاية للطفل للخروج والتعامل مع المجتمع.
2. تعيين ما هو غير مقبول من أنماط السلوك.
3. توقع ما يمكن أن يسبب تلك الأنماط من السلوك (المظاهر السابقة لها).
4. تطوير خطة للتعامل مع تلك المظاهر.
5. إيجاد ما يقع مباشرة من العواقب المنطقية عند حدوث السلوك غير المقبول.
6. إعلام الطفل بأنماط السلوك غير المقبولة، وما ينتج عنها من عواقب منطقية.
7. مراجعة أنماط السلوك غير المقبولة، وما ينتج عنها من عواقب منطقية، قبل الخروج للتعامل مع المجتمع، وفي مراحل مهمة، على وجه الاحتمال، أثناء القيام بذلك.

سيكون من المفيد اختبار الكيفية التي تطبق بها تلك النقاط السبع فيما يمكن أن تصطحب الطفل إليه من أماكن في المجتمع.

متجر البقالة

1. إيجاد الغاية:

تعوز الواقعية الاعتقاد، حين تصطحب طفلك إلى متجر البقالة، أنه سيرافقك بهدوء، بينما تنتقل من رواق لآخر، وتملأ عربتك بأغراض التسوق. لا بد أن يملك الطفل غاية للوجود في متجر البقالة. إن نظرنا إلى الرحلة إلى متجر البقالة من منظور الطفل، فلا بد أن يملك الأخير سبباً للوجود في المتجر، ولا يتجسد السبب، في تلك الحالة، إلا فيما يمكن ممارسته من الأنشطة. لا بد أن يقوم الطفل بما هو نافع من الأمور، ولا بد من أن يكلف بسلسلة من المهام التي تشغل انتباهه.

يمكن أن يكلف الطفل، في متجر البقالة، بإيجاد أنواع معينة من المواد الغذائية. يمكن إن امتلك الطفل القدرة، أن تشمل مهمته التقاط المادة من رف المتجر، ووضعها في عربة التسوق. يمكن لمن لم يبلغوا سن الدراسة من الأطفال أن يجدوا سلعة بقالة واحدة في كل من أروقة المتجر. لا يروق للأطفال المتمردين، كما بتَّ تعلم، أن يتلقوا الأوامر، تحت أي من الظروف، ومن ثمَّ يمكن أن تضطر لمطالبة الطفل بإحضار السلع، دون توجيه ما هو لفظي من الأوامر. يمكن، مع القليل من التخطيط المسبق، أن تعد بطاقات لكل من سلع البقالة التي تود إيجادها من قبل الطفل في المتجر. يتم إعداد البطاقات عبر لصق جزء من غلاف السلعة الغذائية على قطعة من الورق المقوى، كما يحدث، على سبيل المثال، حين تقص مقدمة علبة المعكرونة والجبن، وتلصق على قطعة من الورق الخفيف المقوى، ذات قياس 3× 4، أو يقص غلاف علبة الفاصولياء، ويلصق على قطعة أخرى من الورق الخفيف المقوى، تعادل الحجم ذاته. يفيد غلاف السلع، إضافة إلى تجنب توجيه الأوامر اللفظية، في تسهيل مهمة الطفل، الذي لم يبلغ سن الدراسة، فيما يتعلق بالبحث في أروقة المتجر، وإيجاد علبة الفاصولياء المطلوبة، بصنفها وحجمها المحددين. يتعين على الطفل، ببساطة، المقارنة بين الغلاف الموجود في يده، والعلبة التي تحوي الغلاف ذاته في رواق المتجر. لا بد أن تتسم مهمة الطفل، بكل الأحوال، بقدر معقول من المنطقية. لا يجدر بك أن تطالب طفلك بإحضار أي من المواد الموجودة في حاويات زجاجية، أو ضمن حزم متراصة، تؤدي إزالة أي من موادها إلى تبعثر محتوياتها الأخرى على الأرض.

يجدر بك، حين تبلغ مدخل أي من الأروقة في المتجر، أن تسلم البطاقة للطفل، وتوجهه لإيجاد مادة معينة، والتقاطها من الرف، إن امتلك المقدرة، فضلاً عن إحضارها ووضعها في عربة التسوق.

لا يحتاج من يبلغون السابعة، أو ما يزيد، إلى استخدام البطاقات على الأرجح. يمكن أن تعد بمشاركة الطفل، قبل الذهاب إلى المتجر، قائمة بما تود أن يجده الطفل من سلع البقالة في المتجر. يتعين، بكل الأحوال، أن توضع تلك القائمة بعناية، كي لا يجري الطفل في أرجاء متجر البقالة، بحثاً عن السلع، قبل أن تبلغ منتصف الرواق الأول من المتجر. يجدر بك، عند إعداد قائمة السلع المطلوبة، أن تعمد إلى تقسيمها إلى أجزاء تعين السلع المطلوب إيجادها في كل من أروقة المتجر. يتعين على الطفل، بالتالي، حين يجد السلعة المطلوبة في رواق المتجر، ويضعها في عربة التسوق، أن يعود إليك طلباً للسلعة المقبلة. ستعمد، بالتأكيد، إلى تسليمه القسم المقبل من القائمة، بينما تستدير عند الزاوية، وتنظر بوضوح إلى الرواق كاملاً. ستتمكن، بتلك الطريقة، من مراقبة طفلك على الدوام، دون الحاجة إلى توبيخه لفظياً.

2. تعيين أنماط السلوك غير المقبولة

يمكن أن يظهر الطفل نمطين من السلوك غير المقبول في متجر البقالة. يمكن أن يجري الطفل مبتعدا عن أنظار الوالد، وأن يطلق نوبات غضبه. يمثل جري الطفل، مبتعداً عن أنظارك، ما هو غير مقبول من السلوك، في يومنا هذا، لما يمكن أن يشكله من تهديد لسلامة الطفل في الأماكن العامة، بينما تحرم الإصابة بنوبات الغضب بقية المتبضعين من حقهم في التسوق بهدوء، بما يمكن أن يدفعهم لمغادرة المتجر، والإضرار بصاحبه على حد سواء.

3. توقع ما يسبق أنماط السلوك غير المقبولة، على الأرجح، من مظاهر

يجسد الملل ما يدفع الأطفال للجري بعيداً عن والديهم في متجر البقالة. يعمد الأطفال بتلك الطريقة، لغياب ما يفعلونه من الأمور، إلى البحث عما يمكن أن يفعلوه.

يتمثل السلوك غير المقبول الآخر في الإصابة بنوبات الغضب. لا يخفى سبب حدوث الأخيرة على أحد. يفجر الطفل نوبات غضبه حين يقرر الحصول على ما يعجز الوالد عن اقتنائه، أو يرفض اقتناءه للطفل.

«تتآمر» متاجر البقالة ضد الوالدين، فيما يتعلق بذلك الصدد. تتم إحاطتك، بينما تنتظر في الرتل عند مناضد المحاسبة في كل من متاجر البقالة، بصفين من رفوف البضائع، التي يقع أولها في مستوى نظر الوالد، ويحوي المجلات وصحف الفضائح. لم تأت إلى متجر البقالة، في المقام الأول، لشراء تلك المجلة، ولكنَّ عنواناً مثيراً على الغلاف قد لفت انتباهك بالفعل، بينما تنتظر في الرتل. وستعمد لغياب ما يمكن أن تفعله، إلى التقاط المجلة، بغية «إلقاء نظرة» على المقالة التي تحويها. يحين دورك فيما بعد، بصورة مفاجئة، لتحديد كلفة ما اقتنيته من سلع. تنظر أمينة الصندوق إليك، إضافة إلى المجلة في يدك، مما يشعرك بالحرج من إعادتها إلى الرف، ويدفعك لابتياعها، فضلاً عما تخاطب به نفسك، وكأنك تسوغ ما حدث، قائلاً: «أود، إضافة إلى ذلك، أن أنهي قراءة المقالة».

وضع الصف الثاني من رفوف البضائع، عند مناضد المحاسبة، بصورة استراتيجية ليناسب مستوى نظر طفلك. ينتظر الطفل في الرتل بصبر نافد، ولا يجد ما يفعله، على حد سواء، لتقع عينه على قطع الحلوى، بما لا يمكن تجنبه. يعمد الطفل إلى مطالبة أمه قائلاً: «هل يمكن لي أن أحظى بقطعة من الحلوى»؟، ليلتقط إحدى قطع الحلوى من الرف، ويحملها بيده. يعلم الطفل في تلك الحالة، إن أجابت أمه بالرفض، أن كل ما يتعين عليه فعله يتمثل في التلويح بإطلاق ثورة غضبه، كي تسارع أمه إلى شراء قطعة الحلوى، لتتجنب الحرج أمام العامة.

يحدث ذلك التصوّر بصورة متكررة في متاجر البلاد كلها، ويتسم بالسلبية إلى أبعد الحدود. لا يمثل حصول الطفل على قطعة الحلوى الجانب السلبي من الأمر؛ بل كيفية قيامه بذلك. لم يحصل الطفل عليها إلا عبر التهديد بإساءة التصرف، مما يشجعه على اتباع ذلك النمط من السلوك.

4. تطوير خطة للتعامل مع تلك المظاهر:

يدفع الملل الطفل، كما أسلفنا سابقاً، للجري بعيداً عن ناظريك. تعاملت مع ذلك المسبب، بكل الأحوال، عبر تكليف الطفل بإيجاد السلع، في كل من أروقة المتجر، ووضعها في عربة التسوق.

يدرك بعض من مديري المتاجر انزعاج الوالدين من وجود رفوف الحلوى عند مناضد المحاسبة، مما يدفعهم إلى إبعادها عن منضدة أو اثنتين. إن لم يعمد مدير متجرك، المتسم بالدهاء، للقيام بذلك، فيجدر بك التحايل عليه بدورك. لا يتسم ذلك بالصعوبة، ويستلزم، في بادئ الأمر، تقبل إحدى الحقائق الرئيسة فيما يتعلق بالتسوق. يتوقع المتسوقون كافة أن يبتاعوا أياً من الأشياء، مما لا يحتاجونه في العديد من الأحيان. فكر في رحلتك الأخيرة إلى متجر البقالة. لا بد أنك ابتعت المثلجات، أو الكعك، أو تلك المجلة. لا يختلف الأمر لدى الأطفال. يتوقعون، على حد سواء، حين يذهبون للتسوق، أن يبتاعوا شيئاً ما. لا تتجاهل تلك الحقيقة أو تقاومها. توقع ابتياع شيء ما لطفلك.

سل طفلك، قبل الذهاب إلى متجر البقالة، عن الشيء الوحيد المميز الذي يود ابتياعه، فضلاً عن توفير الخيار له بين اثنتين أو ثلاث من السلع المقبولة. يمكن أن تخاطبه، بذلك الصدد، قائلاً: «هل تود ابتياع شطيرة المثلجات، أو قطعة من الحلوى، أو فطيرة محلاة بالشوكلاته؟».

يتم إدراج الشيء المميز، الذي يرغبه الطفل، على لائحة التسوق، ليمثل آخر ما يتم ابتياعه من متجر البقالة. إن رغب الطفل بشطيرة المثلجات، فستمثل آخر ما يتم ابتياعه من المتجر. لا توضع شطيرة المثلجات، إضافة إلى ذلك، في عربة التسوق؛ بل يحملها الطفل بينما يتقدم في الرتل عند منضدة المحاسبة، ولا يتركها إلا بما يمكن أمين الصندوق من تحديد سعرها بوساطة الماسح الضوئي. لن يلتفت الطفل، بهذه الطريقة، إلى ما يمكن أن يثير اهتمامه من قطع الحلوى.

5. إيجاد العواقب المنطقية:

تتمثل العاقبة المنطقية للجري بعيداً في المتجر، أو إطلاق ثورات الغضب، في مغادرة المتجر –على الفور!. يتعين عليك، على الأرجح، فرض تلك العاقبة المنطقية مرة واحدة، على أقل تقدير، مع مراعاة اثنتين من النقاط الحساسة: تتجسد الأولى في عدم منح الفرص. إن ركض الطفل مبتعداً عن أنظار الوالد، على سبيل المثال، فلا يجدر بالوالد أن يجري بحثاً عنه، ثم يخاطبه قائلاً: «تذكر الآن، لا يجدر بك الابتعاد عن أنظار أمك».

لا يمكنك القيام بذلك على الإطلاق!. لن يعمد طفلك، إن فعلت، إلا للجري بعيداً عن ناظريك المرة تلو الأخرى. لم لا يفعل ذلك؟. يدرك الطفل تماماً أن أياً من العواقب لا تنتج عن تحذيراتك.

تتمثل النقطة الحساسة الثانية فيما تحتاج فعله لفرض العاقبة المنطقية. يتعين عليك، أولاً، أن تترك عربة التسوق بما تحويه من أغراض. أعلم العامل في المتجر ببساطة، قبل أن تغادره، بشأن العربة، فضلاً عن إيراد ما هو مختصر من المسوغات لمغادرتك المتجر. لا حاجة، ثانياً، لإثارة الفضائح في المتجر. اصطحب طفلك ببساطة إلى البوابة، عبر الإمساك بيده، دون تقديم أي من التفسيرات، أو إثارة أي من العواطف. يمكن، حين تصبحان في الخارج، أو تبلغان المنزل، بما هو أفضل، أن توضح لطفلك سبب مغادرتكما المتجر.

تحيد أفضل الخطط، مع ذلك، عن مسارها في بعض الأحيان. يمكن أن يدرك الطفل، ما إن تمسك بيده، وتبدأ في السير نحو البوابة، أنك تنوي إخراجه من المتجر، بما يعني، بالتأكيد، عدم تحصيل مبتغاه المتمثل في قطعة الحلوى. سيعمد الطفل، بالنتيجة، إلى إلقاء نفسه على الأرض، رافضاً التحرك برفقتك. يتعين عليك، إن حدث ذلك، أن تحمله إلى البوابة، بينما يركل ويصرخ على مرأى من الآخرين. سيسبب ذلك الكثير من الحرج، ولكن لا مناص من القيام به. لن يتمثل البديل إلا في السماح بمكافأة طفلك على ما يطلقه من ثورات الغضب، ولا تجسد مكافأة الطفل على سلوكه السيئ، في الحقيقة، إلا أسوأ ما يمكن أن تفعله بالتأكيد. لا يستحق ذلك، على الإطلاق، ما تشتريه من لحظات السكينة القليلة.

6. إعلام الطفل بأنماط السلوك غير المقبولة:

تناقش مع طفلك، قبل التوجه إلى متجر البقالة، حول أنماط السلوك غير المقبولة في المتجر، وما سيحدث حال صدورها عن الطفل. دار النقاش الآتي، بذلك الصدد، بين السيدة وونغ وولدها كليفورد.

النقاش بينهما

تحدثت السيدة وونغ، قائلة: «كليفورد، هل تذكر الشيء المميز الذي ستحصل عليه في متجر البقالة؟».

«بالتأكيد، قطعة من الحلوى».

«حسناً، ستحصل على تلك القطعة من الحلوى!، ولكن الأطفال يقومون، في بعض الأحيان، بأمرين لا يجدر القيام بهما في متجر البقالة. بم تظن أنهما يتجسدان؟».

رد الطفل بنظرة تنم على القلق، قائلاً: «لا أدري».

«حسناً، يتجسد الأول في جريهم، مبتعدين عن أنظار أمهاتهم. لن تكون في مأمن إن ابتعدت بحيث لا يمكنني رؤيتك. يتجسد الأمر الثاني، الذي لا يجدر بالأطفال القيام به في متجر البقالة، في الصياح والصراخ. يود المالك أن يتسم متجره بالهدوء، ليقصده الزبائن بغية التسوق، ولا يروق له سماع صراخ الأطفال وصياحهم. هل يمكنك الذهاب في رحلة التسوق هذه، إلى متجر البقالة، دون أن تجري مبتعدا عن ناظري، فضلاً عن عدم الصياح والصراخ؟».

أجاب كليفورد بالإيجاب، بينما نظر إلى أمه باستغراب، وكأنها طرحت أسخف الأسئلة للتو.

«جيد!، ولكن يجب أن تعلم، إن حدث ذلك، أننا سنغادر المتجر على الفور».

7. مراجعة التوقعات بشأن أنماط السلوك:

طرحت السيدة وونغ، بعد أن أوقفت سيارتها أمام متجر البقالة، الأسئلة الثلاثة الآتية على كليفورد:

- ما الشيء الوحيد الذي تود ابتياعه من المتجر، لأجلك فحسب؟

- إن أردت الحصول على تلك القطعة من الحلوى، فما الأمران اللذان يتعين عليك عدم القيام بهما؟
- ما سيحدث إن جريت مبتعداً عني، أو أخذت في الصياح والصراخ؟

التنقل بالسيارة:

يعجز معظم الأطفال المتمردين عن التنقل بالسيارة، أكثر من خمس عشرة دقيقة، دون إثارة الفوضى التي تفسد متعة الرحلة على الآخرين، وتفقدها الأمان على وجه الاحتمال. يمكن لتطبيق النقاط السبع السابقة بصورة منهجية، بكل الأحوال، أن يحدث الفرق بين ما يتسم بالكارثية والمتعة من الرحلات.

1. إيجاد الغاية:

لا تعوز المنطقية القول بأن غاية التنقل بالسيارة تتمثل في بلوغ الوجهة المطلوبة. تجسد تلك، بكل الأحوال، غاية الراشدين من التنقل بالسيارة، لا الأطفال. لا تعني الغاية، في نظر الأخيرين، إلا القيام بما يتسم بالمغزى أثناء التنقل بالسيارة. يحتاج الأطفال المتمردون إلى القيام بسلسلة من الأنشطة، فيما تتجاوز مدته الخمس عشرة دقيقة من الرحلات. فلنتخيل، على سبيل المثال، القيام برحلة بالسيارة مدة ثلاث ساعات –بما يمثل مهمة عسيرة لأي ممن يبلغون سن الثامنة من الأطفال، بغض النظر عن المتمردين منهم. يحتاج الأخيرون بوضوح إلى غاية للوجود في السيارة.

فلنفكر في كيفية إيجاد غاية لطفلة متمردة، تبلغ الثامنة من العمر، توشك على الانطلاق في رحلة تمتد ثلاث ساعات إلى منزل جدتها، بغية قضاء العطلة. يرافق الطفلة في تلك الرحلة والدها، الذي يقود السيارة، وشقيقتها البالغة أربعة عشر عاماً. ستجلس الطفلتان في المقعد الخلفي، بحيث يمكن لكل منهما الحركة بحرية، والإطلال عبر نافذة السيارة. تتمثل الخطة المنطقية، حول إيجاد الغاية للطفلة، في القيام بمجموعة من الأنشطة، التي لا يتجاوز أي منها الثلاثين دقيقة، وفق المثال الآتي:

1:00 المغادرة: سيستلزم الجميع خمس عشرة دقيقة لتهيئة أنفسهم للمغادرة.

1:15 لعبة الأحرف الأبجدية: يمارس الجميع في السيارة لعبة الأحرف الأبجدية. يتعين عليك، في تلك اللعبة، البحث في الشاخصات، التي يمكن رؤيتها من السيارة، للعثور على الأحرف الأبجدية، ابتداء بحرف الألف. لا يمكن إلا لأول من يعثر على ذلك الحرف، في أي من الكلمات، أن يستخدمه، ليبدأ البحث عن حرف الباء فيما بعد.

تتسم لعبة الأحرف الأبجدية بالإيجابية حين تمارس من قبل راشد وطفل، ولكنها تصبح أكثر تعقيداً حين يمارسها اثنان من الأطفال المختلفين في قدرتهما على القراءة. لا تمثل تلك لعبة جيدة للعائلات التي تحوي أطفالاً متفاوتين في السن. سيتمكن الأطفال الأكبر سناً من تمييز أشكال وألوان الشاخصات عن بعد، وسيبدؤون البحث في كلماتها، لعلمهم بما تحويه تلك الشاخصات، وإن لم يقتربوا منها بما يكفي لقراءتها، مما يعني هزيمة أشقائهم الأصغر سناً. إن مثل الشقيق الأصغر الطفل المتمرد، كما في مثالنا الحالي، فسيعجز عن منافسة شقيقه الأكبر، وسيطلق ثورة من الغضب. يتعين على الوالد، بالنتيجة، لمعرفته بحدوث ذلك، أن يدخل في فريق واحد مع الطفلة ذات الأعوام الثمانية، بغية الحفاظ على الندية بين الطفلتين. تتسم لعبة الأحرف الأبجدية بالإيجابية، في العادة، إن مورست لما يقارب الثلاثين دقيقة.

1:45 القصة المسجلة: الاستماع إلى قصة مسجلة تثير اهتمام كلتا الطفلتين، بما لا يزيد على الثلاثين دقيقة.

2:15 إيجاد الحيوانات: تمنح الطفلة الأصغر سناً، ذات المشكلات السلوكية، مجموعة من البطاقات التي تحوي صور خمسة من الحيوانات التي تتوقع العائلة رؤيتها أثناء الرحلة. يجدر بالطفلة البحث، عبر النافذة، عن كل من تلك الحيوانات. يتمثل ما يمكن البحث عنه من الحيوانات، استناداً إلى مناطق البلاد المختلفة، في الكلاب، والأبقار، والطيور، والقطط، والخيول. يستلزم إيجاد الأنواع الخمسة تلك، في العادة، ما يقارب الثلاثين دقيقة.

2: 45 تناول وجبة خفيفة: يستلزم ذلك ما يقدر بخمس عشرة دقيقة، ويمكن أن يتم دون التوقف في الطريق.

3: 00 استراحة لتحريك الجسد: تستمر الرحلة، حتى تلك المرحلة، ساعتين من الزمن. تمثل تلك مدة طويلة للجلوس. تمكن الاستراحة جميع الركاب من تحريك سيقانهم، والتنقل في الأرجاء، واستخدام المراحيض. يجدر بالاستراحة أن تقرر بصورة مسبقة كي يعلم الجميع الوقت الذي يتعين عليهم انتظاره. لا يتبقى من الرحلة، عقب انتهاء الاستراحة، كما هو مفترض، إلا ساعة من الزمن.

3: 15 الغناء: تتميز العديد من العائلات بالحس الموسيقي، أو بما يكفي منه، على أقل تقدير، لأداء ما يستهوي أطفالها من الأغنيات. تتسم الأنشطة السابقة كلها بما هو واضح من النهايات، على النقيض من الغناء. ومن ثمَّ يجدر بالوالدين العمل على إيجاد نهاية واضحة للغناء، عبر أداء ما هو محدد سلفا من الأغنيات، أو القيام بذلك فيما يحدد بصورة مسبقة من المدد الزمنية. إن لم يتم إيجاد نهاية واضحة للغناء، فيمكن أن يعلن الطفل المتمرد، بصورة مفاجئة، شعوره بالملل، وتوقفه عن أداء أي من الأغنيات. لا يجدر بالوالدين، على الإطلاق، السماح لأطفالهم بنيل مرادهم عبر إظهار ما هو سيئ من أنماط السلوك. يتم تجنب تلك الكارثة عبر إعلان مدة محددة للغناء، بما لا يتجاوز الخمس عشرة دقيقة، التي تمثل مدة معقولة لأداء ذلك النشاط.

3: 30 القصة المسجلة: الاستماع إلى قصة مسجلة ثلاثين دقيقة أخرى.

4: 00 لم يتبقَّ الآن سوى خمس عشرة دقيقة لبلوغ منزل الجدة. تمثل تلك مدة نموذجية للتحدث حول ما يود كل من أفراد العائلة فعله في منزل الجدة، فضلاً عن مراجعة الكيفية التي يود الجميع تحيتها بها، وأماكن وضع أغراضهم حين يدخلون منزلها، بالنظر إلى كره الجدات الفوضى!

2. تعيين أنماط السلوك غير المقبولة:

يمكن أن يظهر الطفل، على الأرجح، نمطين من السلوك غير المقبول أثناء السفر بالسيارة: يتمثل الأول في حل حزام الأمان، بينما يتمثل الآخر في القيام بما يضايق الشقيق بصورة متعمدة، عبر ركل مقعده من الخلف، على سبيل المثال.

3. توقع ما يسبق أنماط السلوك غير المقبولة من مظاهر:

يتمثل أحد أسباب مضايقة الشقيق في الجلوس بجانب الشخص «غير المناسب» أثناء التنقل بالسيارة. يتجسد الأخير، في العادة، بالنسبة للطفل المتمرد، في الشقيق الأقرب إليه في السن. إن جلس الاثنان بجانب بعضهما، فلن يطول الوقت، كما يحدث في العادة، حتى يبدأا في الشجار والتجادل.

يمثل الوقت مسبباً آخر لأنماط السلوك غير المقبولة أثناء التنقل بالسيارة. حسناً، ليس الوقت ذاته؛ بل بالأحرى، ما ينتج من ملل عن البقاء مدة طويلة في السيارة.

4. تطوير خطة للتعامل مع المظاهر السابقة:

يجدر بك، بالنظر إلى ما يسببه الجلوس بجانب الشخص «غير المناسب» من سلوك غير مقبول، ترتيب جلوس الأشقاء بما يضمن أقل قدر من الاحتكاك فيما بينهم. يجسد الوالد، في العادة، الشخص الأمثل للجلوس بجانب الطفل ذي المشكلات السلوكية.

يمثل الملل المسبب الآخر لما يصدر عن الطفل من سلوك فوضوي أثناء التنقل الطويل بالسيارة. يحد ما هو مخطط من الأنشطة من تأثير الملل.

5 ,6. إيجاد العواقب المنطقية، وإعلام الطفل:

يعد إيجاد العواقب المنطقية ضرورياً، كما أسلفنا سابقاً، حين يقوم الطفل بما يمكن أن يؤذي الآخرين، أو ينتقص من حقوقهم الرئيسة، أو يضر بالممتلكات. إن فعل الطفل ذلك أثناء التنقل بالسيارة، فيتعين أن يفقد أحد امتيازاته، بما يؤمن سلامة الآخرين، ويكفل لهم الاستمتاع بالرحلة، ويحول دون تدمير الممتلكات. لا يصعب إيجاد العواقب المنطقية المناسبة وفق ذلك المنظور. إن عمد الطفل إلى حل حزام الأمان، بما ينذر بتحطيم أي من الأشياء، أو مضايقة أي من الركاب الآخرين بصورة متعمدة، فيجدر بالسائق إيقاف السيارة بسرعة، قبل التحدث بصورة خطابية، بينما يطفئ محرك السيارة، قائلاً: «هل يذكر أي منكم ما قيل قبل أن نبدأ هذه الرحلة؟» لا يجدر بالسائق، فيما بعد، انتظار الإجابة عن سؤاله؛ بل تذكير أطفاله قائلاً: «قلت إنني سأوقف السيارة إن عمد أي منكم إلى حل حزام الأمان،

أو قام بما يشتت انتباه السائق، كالشجار مع شقيقه. قد توقفنا الآن. أعلموني حين يصبح الجميع مهيئين للانطلاق مجدداً».

7. مراجعة التوقعات بشأن أنماط السلوك:

تحدث الوالد إلى طفلتيه حول أنماط السلوك غير المقبولة قبل ركوب السيارة. لا تتسم الرحلة إلى منزل الجدة بالقصر، بكل الأحوال، وتطول بما يكفي لتحفيز معظم الأطفال المتمردين على إبداء السلوك غير المقبول، لذلك عمد الوالد إلى مراجعة القواعد بين الفينة والأخرى. تتمثل إحدى الطرائق المناسبة لإعادة توجيه السلوك غير المقبول، كما أسلفنا، في مطالبة الطفل بإجراء ما هو ذاتي من التقويمات. تحدث الوالد بالنتيجة، ما إن أخذ الشجار يتطور بين الطفلة المتمردة وشقيقتها، قائلاً: «هل تذكر أي منكما أحد الأمرين اللذين سنتجنب القيام بهما في هذه الرحلة؟».

أجابت إحدى الطفلتين قائلة: «حل حزام الأمان».

«هذا صحيح للغاية. تتمتعين بذاكرة قوية!. ما الأمر الآخر الذي سنتجنب القيام به؟».

«حسناً، سأكف عن لكزها».

الحفلة الموسيقية لفرقة الشقيقة الأكبر سناً:

يشارك العديد من طلبة المدارس الإعدادية والثانوية فيما يخرج عن نطاق مناهجهم من الأنشطة، التي تتوج جميعها بأنماط معينة من الأداء العلني. لنفرض، بغية توضيح المعنى، أن ابنتك تعزف الفلوت في فرقة مدرستها الثانوية. تقام حفلات الفرق الموسيقية في الربيع، بكل تأكيد، كما تنبت أوراق الأشجار الخضراء من جديد. يتمثل أول ما يتبادر إلى ذهن الوالد في ضرورة حضور العائلة برمتها تلك الحفلة. لنقم باختبار ذلك من منظور أولى النقاط السبع لإنجاح خروج الطفل إلى المجتمع.

1. إيجاد الغاية:

يوجد طفل متمرد، في الخامسة من العمر، بين أفراد العائلة. إن ذهب الطفل إلى الحفلة الموسيقية، فما يمكن أن تتمثل غايته من ذلك؟، الاستماع؟، لا يمثل الاستماع نشاطاً ملموساً

في الحقيقة. ومن ثمَّ سيظهر الطفل التململ لافتقاره إلى ما يتسم بالمغزى من الأنشطة، فضلاً عن التحدث أثناء عزف الفرقة، قبل أن يقترف، في نهاية المطاف، ما يدفع والديه إلى توبيخه، أو إسكاته، أو إخراجه من القاعة.

إن أردت اصطحاب طفلك للخروج إلى المجتمع، عاجزاً عن التفكير فيما يثير اهتمامه من الأنشطة، فلا تصطحبه في المقام الأول. إن لم يقم الطفل بما يتسم بالمغزى من الأنشطة أثناء الخروج للتعامل مع المجتمع، فسيطلق نوبات غضبه بكل تأكيد. سيثير ذلك حرجك، ويزعج بقية الموجودين في المكان العام، ويثير استياء الطفل. يتمثل الحل الأفضل، بالنظر إلى ما سبق، في بقائك في المنزل، أو إيجاد جليسة للطفل.

اللعب مع الأصدقاء:

يتعين على الأطفال المتمردين تعلم كيفية اللعب مع أقرانهم. تصعب تلك المهارة، على وجه الخصوص، على من يبلغون الخامسة أو السادسة منهم. سيكون من المفيد، بغية مساعدة الطفل المتمرد في اكتساب تلك المهارة، أن نأخذ النقاط الخمس الأولى بعين الاعتبار.

1. إيجاد الغاية:

يمكن أن يعتقد المرء أن غاية الأطفال من اللعب مع بعضهم تكمن في اكتساب المتعة. تمثل تلك غاية الوالدين، لا الأطفال، بالأحرى. إن أريد للأطفال أن يلهوا بهدوء مع بعضهم، فيتعين أن يحظوا بما يتسم بالوضوح من الأنشطة. إن لم يحظ الأطفال بتلك الأنشطة، فسينتهي بهم المطاف إلى الشجار، أو القيام بما هو غير مناسب من التصرفات، كاختبار قدرة القطة على التحرك بسرعة، عقب ربط علبة معدنية بذيلها!

يمكن تقسيم لعب الأطفال، قبل دخول المدرسة، إلى فئتين: اللعب الموازي، واللعب المشترك. يتم اللعب الموازي حين يقوم كل من الطفلين على حدة بالنشاط ذاته، كاللعب على الأرجوحة أو التزحلق، على سبيل المثال. لا يتطلب اللعب الموازي، إضافة إلى ذلك، الكثير من المهارات الاجتماعية. يتم اللعب المشترك حين ينجز الطفلان المهمة بصورة مشتركة، كما يحدث عند بناء رجل الثلج، على سبيل المثال. يتعين على أحدهما، عند القيام بذلك، أن يقرر

حجم رجل الثلج، بينما يجب أن يوافقه الآخر. لنفترض أنهما سيقومان ببناء رجل ضخم من الثلج، ذلك يفرض على الطفلين أن يتعاونا معاً لصنع كرات ضخمة من الثلج، ووضعها في أماكنها المناسبة. يتعين على أحد الطفلين، مجدداً، أن يحدد ما يوضع بوصفه عيني رجل الثلج، بينما يجب أن يوافقه الآخر. يسهم الفرق بين اللعب الموازي والمشترك، بما يقدم الفائدة، في التخطيط لأنشطة الأطفال. يفضل أن يبدأ وقت لعب الأطفال باللعب المشترك، الذي يتطلب القدر الأكبر من المهارات الاجتماعية. يجدر أن يتم تحويل الأطفال إلى اللعب الموازي، حين يشعرون بقدر أكبر من التعب، ويفقدون القدرة على المراقبة الذاتية لسلوكهم. يمكن أن يناسب جدول اللعب الآتي، بذلك الصدد، طفلين في الخامسة من العمر:

2 :30 – 3 :30	وقت اللعب: يأتي سام إلى منزلنا.
2 :30	لعب الكرة -لعب مشترك.
2 :40	استخدام المكعبات لبناء المنازل -يتم، على أكمل وجه، إن كان موازياً.
2 :50	ركوب الدراجات في فناء المنزل -لعب مواز.
3 :00	اللعب على الأرجوحة، أو التزحلق -لعب مواز.
3 :15	تناول وجبة خفيفة -نشاط مواز.
3 :30	سام يعود إلى المنزل.

2. أنماط السلوك غير المقبولة:

يظهر الأطفال ذوو الخامسة، على الأرجح، أنماطاً من السلوك غير المقبول، حين يلعبون مع بعضهم. تتجسد تلك الأنماط في الشجار، وتحطيم شيء ما، والتحول عما هو مخطط من أنشطة اللعب إلى ما هو غير مناسب من الأنشطة.

3 ,4. المظاهر السابقة، وخطة للتعامل معها:

يوجد ما يمكن توقعه من الأسباب لشجار الأطفال الصغار في السن. يتمثل أحدها في محاولة العديد من الأطفال اللعب مع بعضهم. تتشكل الأطراف سريعاً، حين يحاول ثلاثة أو أكثر من الأطفال اللعب مع بعضهم. لا يعني تشكل طرفين، في تلك الحالة، إلا استبعاد الطفل

الثالث من اللعب. سيؤذي ذلك شعوره، وسينزع، بدافع من الانتقام، إلى ضرب أحد الطفلين الآخرين، على وجه الاحتمال، أو رمي أي من الأشياء. إن عانى طفلك صعوبة في اللعب مع أقرانه فيجدر بك أن تدعو طفلاً واحداً، لا أكثر، للقدوم واللعب معه في كل من المرات.

يتجسد مسبب آخر للشجار في عدم تنظيم الوقت. تملك الآن، بكل الأحوال، خطة للتعامل مع ذلك المسبب: إيجاد سلسلة من الأنشطة للأطفال.

ينزع الأطفال، أخيراً، للشجار والمجادلة في الوقت الانتقالي الحرج بين نهاية النشاط السابق، وبداية النشاط المقبل. إن مثلت الأوقات الانتقالية بين أنشطة اللعب مشكلة لطفلك وشريكه في اللعب، فيجدر بك الوجود، أثناء تلك الأوقات، لصرف انتباه الطفلين بعيداً عن النشاط المنتهي، وتوجيهه نحو النشاط الذي سيبدأ آتياً، كما يحدث، على سبيل المثال، حين يحين الوقت لتوقف الطفلين عن لعب الكرة، وانتقالهما للبناء بوساطة المكعبات. يجدر بك أن تشاركهما لعب الكرة مدة قصيرة، قبل أن تهيئهما لنهاية النشاط قائلاً: «لم يتبق سوى ركلتين لكل منكما. سيحين الوقت، فيما بعد، للعب بوساطة المكعبات». يجدر بك، حين ينهي كل من الطفلين ركل الكرة، أن تحملها خلف ظهرك، بغية إبعادها عن أنظارهما، قبل أن تمسك صندوق المكعبات، وتفرغه أمام الطفلين، وتعطي كلاً منهما بضعة من المكعبات. تنجح تلك الآلية على الدوام في الانتقال بين أنشطة اللعب المختلفة.

يتمثل السلوك غير المقبول الثاني، الذي يظهر في العديد من الأحيان أثناء لعب الأطفال مع بعضهم، في تحطيم شيء ما. يحدث ذلك، في العادة، نتيجة امتلاء المكان بالأغراض، أو لعب الأطفال فيما لا يجدر بهم من أمكنة، أو لعبهم بطريقة غير مناسبة بما يملكونه من ألعاب، ومن ثمَّ يجدر بك أن تزود الأطفال بما يحتاجون للعب، لا أكثر، أثناء كل من الأنشطة، فضلاً عن توجيههم للعب في المكان المناسب، بما يناقض، على سبيل المثال، لعب الكرة بجانب ما تزرعه من ورود.

تتمثل الفكرة الأخيرة في ضرورة إيجاد نهاية واضحة للعب، كغيره من الأنشطة المختلفة، ومن ثمَّ يتم تحديد الوقت لما ينخرط به الأطفال من لعب، قبل أن تتم دعوتهم، عند انقضاء وقت اللعب، لما يثير اهتمامهم من الأنشطة، كتناول الوجبات الخفيفة.

5. العواقب المنطقية:

تتجسد العاقبة المنطقية، حين ينخرط الأطفال في الشجار، أو يحطمون أيا من الأشياء بصورة متعمدة، في إنهاء اللعب على الفور، وعودة الأصدقاء إلى منازلهم.

مواقف أخرى:

توجد أشكال أخرى محتملة لخروج الطفل إلى المجتمع، ويمكن إنجاحها جميعاً إن تم التخطيط لها وفق النقاط السبع الرئيسة. تذكر، بكل الأحوال، أن الإخفاق في التخطيط يعد تخطيطاً للإخفاق.

استغلال موارد المجتمع:

يحوي المجتمع ما يمكن أن يساعدك، وطفلك، من موارد. تحوي المقولة الآتية شيئاً من الصحة، على الرغم من طغيان المدينة في يومنا هذا: يستلزم الأمر قرية كاملة لتربية طفل ما. كيف يمكن أن تدفع القرية للمساعدة بذلك الصدد؟!

أنشطة الصغار المجتمعية:

توفر المجتمعات كافة، على وجه التقريب، ما هو منظم من البرامج والأنشطة للأطفال الصغار والمراهقين، في أعقاب الدوام المدرسي، وعطل نهاية الأسبوع، والعطلة الصيفية. تحسن برامج المجتمع الرياضية، في ذلك السياق، من لياقة الأطفال الجسدية، وتزيد من قدراتهم الحركية، وتعلمهم كيفية المشاركة في الألعاب التنافسية. لا تسهم برامج التربية الدينية، والكشافة، و«مزارعو أمريكة المستقبليون»، وغيرها من المنظمات المماثلة، في تلقين أطفالك ما يحتاجون من مهارات الحياة فحسب؛ بل تدعم جهودك لترسيخ القيم الرئيسة. يجدر بك تشجيع طفلك ومساعدته في الانضمام إلى عدد من تلك البرامج.

مجموعات الدعم:

تتسم مجموعات دعم الوالدين بما لا يقدر من الأهمية، على حد سواء. لا يمكن المجادلة حول ما يمكن أن تحظى به من فوائد حال انضمامك إلى إحدى تلك المجموعات. ستشعر

بالطمأنينة حين تكتشف أنك لست الوحيد الذي يربي طفلاً ذا مشكلات سلوكية في العالم. يتعلم الآباء في مجموعات الدعم الكثير، على حد سواء، عبر الاستماع إلى الوالدين الآخرين وهم يتحدثون عن كيفية تعاملهم مع المواقف المختلفة، ليكتشفوا، في العديد من الأحيان، أنها تماثل ما يمرون به من مواقف في اللحظة الراهنة. ستشعر بالارتياح، أخيراً، حين يستمع إليك الآباء الآخرون، الذين يدركون، على وجه الدقة، ما تمر به من مشكلات.

يمكن إيجاد عدد من مواقع الموارد الإلكترونية، فيما يتعلق بذوي الأطفال المتمردين، على شبكة المعلمات. يتمثل أحدها في موقع «كوندكتديس أوردرز دوت كوم»، وآخر في موقع «سايكسنترال دوت كوم». يوفر كل من الموقعين الإلكترونيين قائمة بالكتب المعتمدة، والمقالات ذات الصلة، ولكنهما يتسمان بالعمومية في تغطيتهما لمشكلات الطفولة السلوكية، بما يتصف بالسلبية، ولا يركزان بصورة حصرية على المتمردين من الأطفال. يفتقر كلا الموقعين، إضافة إلى ذلك، إلى أي من غرف المحادثة، التي تمكنك من التحدث إلى الآباء الآخرين.

يمكنك، كما هو مفترض، إيجاد مجموعة لدعم أولياء الأطفال المتمردين في منطقتك. عند ذلك يجدر بك سؤال المشرف الاجتماعي أو المعالج النفسي، في مركز الصحة النفسية في المنطقة، عن المختصين في مشكلات الطفولة السلوكية، إن وجدتَ مجموعة الدعم تلك في منطقتك. يمكنك، على حد سواء، سؤال مدير وحدة الطب النفسي للمراهقين في المستشفى المحلي، أو الطبيب المسؤول عن طفلك.

يمكن أن تكتشف، بكل الأحوال، عدم وجود مجموعات لدعم الوالدين في منطقتك. يجدر بك البدء بتشكيل إحداها. يمكنك القيام بذلك عبر ترك اسمك ورقمك الهاتفي لدى عدد من المختصين الذين يقدمون الخدمات للأطفال المتمردين وذويهم. لن يكشف المختصون عن أسماء مرضاهم، ولكنهم سيطلعون بقية الآباء، ممن يمرون بالوضع ذاته، على اسمك ورقم هاتفك. إن أرفقت اسمك ورقم هاتفك ببعض المعلومات المتعلقة بك، وعائلتك، وسن طفلك، فلن يطول الوقت حتى تتلقى اتصالاً من أحد الآباء. يمكن لاثنين أن يشكلا مجموعة للدعم، لتتوسع انطلاقاً من ذلك.

خاتمة:

يواجه الأطفال ذوو المشكلات السلوكية، في الكثير من الأحيان، المشكلات حين يخرجون للمجتمع على حد سواء. تحدث تلك المشكلات، على وجه الخصوص، حين يفتقر الخروج إلى المجتمع لما يلزم من التخطيط. تسبب ما تترك لعواهنها من مظاهر الخروج إلى المجتمع، في العديد من الأحيان، الكوارث لكل من الوالد والطفل. يتمثل الحل في الاستغلال المسبق للوقت بغية التخطيط للخروج إلى المجتمع، فضلاً عن القيام بكل ما يتسم بالمنطقية لتمكينك، والطفل، من بلوغ النجاح.

*****

تطبيقات

متجر البقالة:

إن لم تكن تلم، بصورة شاملة، بما يحويه متجرك، وترتيب محتوياته، فيجدر بك ترك الطفل في المنزل، تحت رعاية أحدهم، والذهاب إلى المتجر بغية رسم مخطط توضيحي لمحتوياته، وأماكن وجودها. يجدر بك، فيما بعد، تسجيل ما يمكن لطفلك إيجاده من المواد في أي من أروقة المتجر. احرص على انتقاء ما يقع من المواد في مستوى نظر طفلك، أو ما يدنو منه.

1. استخدم تلك المعلومة لإكمال الجدول الآتي، عبر كتابة ما يمكن أن تحتاج من المواد التي يمكن لطفلك إيجادها، في كل من أروقة المتجر، فضلاً عن التقاطها من الرف بسلام، ووضعها في عربة التسوق:

الرواق # 1	الرواق # 2	الرواق # 3	الرواق # 4
______	______	______	______
______	______	______	______
______	______	______	______

الرواق # 5	الرواق # 6	الرواق # 7	الرواق # 8
______	______	______	______
______	______	______	______
______	______	______	______

2. إن بلغ طفلك السابعة، أو ما يقل من العمر، فاعمد إلى قص أغلفة أو مقدمات العلب الحاوية على كل من تلك المواد الغذائية. ضع الأغلفة ومقدمات العلب والمعلومات المتعلقة بالأروقة في كيس بلاستيكي.

يجدر بك، قبل التوجه إلى المتجر، الرجوع إلى الكيس البلاستيكي، وانتقاء أغلفة ومقدمات علب المواد التي تحتاج شراءها في ذلك اليوم.

3. اعمد إلى سؤال طفلك، قبل التوجه إلى متجر البقالة، عن المادة الوحيدة التي يود ابتياعها من المتجر. اعثر على غلاف لتلك المادة.

4. إن بلغ طفلك الثامنة، أو ما يزيد، فضع قائمة، بمشاركته، بما تود إيجاده من السلع. يجدر بك، عند الانتهاء من نقاشكما، أن تسأل طفلك قائلاً: «ما يتعين عليك إظهاره من أنماط السلوك في المتجر؟» سيتمكن الطفل، بما لا يدع مجالاً للشك، من الإجابة عن سؤالك.

5. «هذا صحيح. لا يروق للزبائن في متجر البقالة أن يقوم الأطفال».

6. تابع النقاش مع طفلك، مخاطباً إياه بالعبارة الآتية: «تفعل، بكل الأحوال، ما يفعله أولئك الأطفال في بعض الأحيان. إن حدث ذلك، فسنترك عربة التسوق في مكانها، ونغادر المتجر سريعاً ______________».

إن حدث ذلك بالفعل، فلا توبخ الطفل أو تقلل من شأنه؛ بل غادر المتجر ببساطة. يجسد ذلك ما هو منطقي من العواقب، التي تمثل، عبر استخدامها، أداة رئيسة لمساعدة الأطفال المتمردين.

7. يجدر بك، حين تصطحب طفلك الذي يبلغ السابعة، أو ما يقل، للتسوق في متجر البقالة، أن تعلمه، عند مدخل كل من الأروقة، بعدد المواد الغذائية التي يتعين عليه إيجادها في كل من تلك الأروقة. اعمد، فيما بعد، إلى تسليمه غلاف أو مقدمة العلبة العائدة إلى أولى المواد، الموجودة في الرواق، التي يتعين عليه إيجادها ووضعها في عربة التسوق. اعمد إلى تسليمه غلاف أو مقدمة علبة المادة الآتية، حين يعثر على الأولى، ويضعها في عربة التسوق. يتعين عليك، بالطبع، في كل مرة، أن تسترد الأغلفة ومقدمات العلب، دون أن تضعها في الكيس البلاستيكي ثانية. اعمد، عوضاً عن ذلك، إلى إبعاد غلاف أو مقدمة علبة المادة، التي جلبها الطفل بنجاح، بعيداً عن أنظاره، عبر وضعها في جيبك أو محفظتك. سيفرغ الكيس البلاستيكي بتلك الطريقة من محتوياته كلها، عند انتهاء رحلة التسوق، بما يعني انتهاء مهمة العثور على الأطعمة.

8. تمثل مادة الطفل الخاصة آخر ما يتم شراؤه من المتجر. يفضل أن لا يضع الطفل تلك المادة في عربة التسوق؛ بل أن يتشبث بها، ولا يتركها إلا مدة قصيرة، بغية تحديد سعرها بوساطة الماسح الضوئي، عند الوقوف أمام منضدة المحاسبة.

التنقل بالسيارة:

إن سبب التنقل بالسيارة المتاعب، فيجدر بك إكمال النموذج الآتي، بغية وضع ما هو مرن من الجداول للتنقل بالسيارة. يمكن أن يطبق النموذج الآتي، ما إن يتم إكماله للقيام برحلة معينة، على رحلات مماثلة في المستقبل:

التنقل بالسيارة

الوجهة ____________ مدة الرحلة ____________

ترتيب الجلوس:

السائق	المقعد اليميني الأمامي
____________	____________
المقعد اليساري الخلفي	المقعد اليميني الخلفي
____________	____________
المقعد اليساري الخلفي الإضافي	المقعد اليميني الخلفي الإضافي
____________	____________

التوقيت	النشاط	مدة النشاط
________	____________	________
________	____________	________
________	____________	________
________	____________	________

أنشطة الصغار المجتمعية:

1. احصل على كتيب عن أنشطة الصغار المجتمعية من قسم الحدائق والترفيه في مدينتك، إضافة إلى غرفة التجارة، المكتبة العمومية، أو رابطة الشباب المسيحي، أو الكنيسة. تصفح الخيارات حول الأنشطة برفقة طفلك، وأرشده لتحديد بضعة من الأنشطة المتسمة بالإثارة والمتعة، كما تبدو عليه الحال. تتمثل الأنشطة المثيرة في:

____________	____________	____________
____________	____________	____________

2. تتجسد الخطوة المقبلة المهمة، فيما يتعلق بك، في معرفة المزيد عن المسؤولين عن الأنشطة المثيرة لطفلك. لا يقل انتقاء المعلم المناسب لطفلك المتمرد، بغية النجاح في المدرسة، أهمية عن انتقاء مسؤول أنشطة الصغار المناسب، لتوفير المتعة لطفلك، ومساعدته في النجاح في الأنشطة المجتمعية الخاضعة لإشراف البالغين.

تتمثل إحدى الطرائق غير المباشرة، لانتقاء مسؤولي الأنشطة المناسبين، في سؤال أصدقائك، وجيرانك، ومعلمي طفلك: هل يملكون أي معلومات، يمكن أن يطلعوك عليها، عن كيفية عمل أي من مسؤولي الأنشطة مع الأطفال ذوي المشكلات السلوكية.

تتجسد إحدى المقاربات الأكثر مباشرة، لانتقاء مسؤولي الأنشطة المناسبين، في التعبير عن اهتمام طفلك بأي من الأنشطة، وإعلام الجهة المسؤولة عن تلك الأنشطة بأن لطفلك احتياجات خاصة، وسؤالها: هل بمقدورك متابعة سير أي من الأنشطة خمس دقائق، بغية التحقق مما إذا كانت تناسب طفلك؟. يجدر بك الانتباه إلى الأمور الآتية:

كيفية إلقاء التحية، من قبل مسؤول النشاط، على المشاركين.

مدى ما يتسم به المسؤول من تنظيم، والتزام، ومهارة.

كيفية تعامل المسؤول مع المشكلات السلوكية.

مدى ما يتسم به المسؤول من إيجابية، ويظهره من استمتاع حقيقي بالعمل مع الصغار.

3. اختر أحد الأنشطة لطفلك، استناداً إلى المسؤول الذي يملك أفضل الإمكانات، كما تبدو عليه الحال، لتوفير بيئة داعمة مطورة لطفلك المتمرد.

10

نصيحة ختامية

تمنح تربية الأطفال الكثير من العطايا، ولكنها يمكن أن تتسم بالصعوبة على حد سواء. وضع الفصل الختامي هذا -استناداً إلى إدراكنا أن معظم الآباء، الذين يقرؤون هذا الكتاب، يعملون خارج المنزل، على حد سواء، ويعتنون بأفراد آخرين من العائلة- وضع لمساعدتك في الإحاطة بالأمور كلها. تتمثل إحدى الوسائل لتمكينك من تنفيذ المقترحات الواردة في هذا الكتاب، بغية مساعدة طفلك المتمرد، في التطبيق المنهجي للأنشطة الواردة في نهاية كل من الفصول، أثناء شهر من الزمن لكل منها. يمكنك، بما يتسم بالسهولة، أن تضمن أنشطة التطبيقات، الواردة في نهاية كل من الفصول، في جداول تستلزم القيام بمهمة واحدة في كل من الأسابيع. صممت الجداول، في الصفحات الآتية، لتوافق فصول الكتاب في تسلسلها. يمكن، بدلاً من ذلك، أن تنتقي الفصل الذي تشعر بأنه سيحدث الفرق الأكثر أهمية لطفلك، وتبدأ من هناك.

أدركت مقصدنا بالتأكيد. تتمثل الغاية الرئيسة في امتلاك الالتزام الكافي للبدء، ثم المضي قدماً، لا أكثر. إن عملت بصدق على تطبيق مجموعة من الأنشطة، ولو لشهر واحد، فسيحفزك ما تراه من تحسن لأداء أنشطة الشهر المقبل. يقول المثل الصيني بذلك الصدد: تبدأ أطول الرحلات بخطوة منفردة.

الشهر الأول: البدء

السبت/ الأحد	الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الإثنين
3	2	1			
4					
10	9	8	7	6	5
	قوم مسببات توترك الشخصي، وضع خطة للتقليص من مسببات التوتر الأولى (ص 21).				
11					
17	16	15	14	13	12
	نفذ عنصراً إجرائياً واحداً من خطتك، كتحديد موعد مع طبيبك للتعامل مع الاكتئاب (ص 21).				
18					
24	23	22	21	20	19
	نفذ خطتك للحصول على عون إضافي لرعاية الطفل (ص 23).				
25					
	30	29	28	27	26
	اخرج برفقة صديق للاحتفال بخطواتك الأولى للتقليل من مستوى توترك (ص 23).				

الشهر الثاني: تحويل المنزل إلى بيئة ملائمة

السبت/ الأحد	الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الإثنين
1					
2					
8	7	6	5	4	3
9					
15	14	14	12	11	10
	رتب أغراض البالغين، بما يشمل الخزائن والمرآب (ص 35).				
16					
22	21	20	19	18	17
	ساعد أطفالك في ترتيب أغراضهم (ص 35).				
23					
29	28	27	26	25	24
	ابدأ بتنظيم الأنشطة الرئيسة في المنزل، كالوجبات، والوقت العائلي، ووقت النوم. ضع جدولاً بذلك وعلقه (ص 35).				
30					
					31

الشهر الثالث: تحويل المنزل إلى بيئة ملائمة

السبت/ الأحد	الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الإثنين
5	4	3	2	1	
6					
12	11	10	9	8	7
	حدد ما يشجع أطفالك على العنف من دمى، وألعاب، وأفلام (ص 36).				
13					
19	18	17	16	15	14
	ضع قائمة بما يجب استبداله من المواد المشجعة على العنف. فكر في بيعها!				
20					
26	25	24	23	22	21
	ضع قائمة بما هو بديل من الدمى، والكتب، والأفلام. استناداً إلى الاقتراحات البديلة في الفصل الثاني (ص 36 - 37).				
27					
		31	30	29	28
	نفذ استراتيجية واحدة لتعزيز الطقس الإيجابي في منزلك (ص 37).				

الشهر الرابع: تعزيز العلاقة بين الوالد والطفل

السبت/ الأحد	الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الإثنين
1					
7	6	5	4	3	2
	قوّم طبيعة تفاعلك مع طفلك (ص 48).				
8					
14	13	12	11	10	9
	أوجد خمساً من الطرائق للإقرار بمنجزات طفلك (ص 48).				
15					
21	20	19	18	17	16
	وصِّف سلوك طفلك أثناء بضعة من الأنشطة (ص 48- 49).				
22					
28	27	26	25	24	23
	أثنِ على سلوك طفلك أثناء مدتين من عشر دقائق، على أقل تقدير (ص 49 - 50).				
29					
				31	30

الشهر الخامس: توقف عن قول «توقف عن ذلك!»

السبت/ الأحد	الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الإثنين
4	3	2	1		
45					
11	10	9	8	7	6
	عين أنماط السلوك المزعجة التي يمكن تجاهلها (ص 60) .				
12					
18	17	16	15	14	13
	تمرن على استخدام أوامر «ألفا» لإعادة توجيه السلوك (ص 60).				
19					
25	24	23	22	21	20
	مكن طفلك من اختبار عاقبة طبيعية هذا الأسبوع (ص 61).				
26					
		30	29	28	27

الشهر السادس: قيمة الروتين

السبت/ الأحد	الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الإثنين
2	1				
3					
9	8	7	6	5	4
	اعملا معاً على تطوير جدول بالأنشطة الممتعة وغير الممتعة (ص 74).				
10					
16	15	14	13	12	11
	اعملا معاً على تكوين لوح للتواصل، بغية تطبيق الجداول (ص 75).				
17					
23	22	21	20	19	18
	ضع جدولاً بما قدمته من مساعدة لطفلك في تطبيق الجداول (ص 75).				
24					
30	29	28	27	26	25
	ضع جدولا بما اتبعته من طرائق لإطراء طفلك ودعمه عقب نجاحه في تطبيق الجداول (ص 76).				
31					

الشهر الثامن: قواعد وأدوات

السبت/ الأحد	الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الإثنين
3	2	1			
4					
10	9	8	7	6	5
	عيّن العواقب المنطقية لإيذاء الآخرين، أو الإضرار بالممتلكات (ص 102).				
11					
17	16	15	14	13	12
	ناقش أنماط السلوك السلبية، والعواقب المنطقية، مع طفلك (ص 102).				
18					
24	23	22	21	20	19
	ساعد طفلك في اكتساب الفهم والمهارات للتخلص من أنماط السلوك السلبية الرئيسة (ص 102).				
25					
			28	27	26

الشهر التاسع: الذهاب إلى المدرسة

السبت/ الأحد	الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الإثنين
2	1				
3					
9	8	7	6	5	4
	أقم علاقة مع الموظفين في مدرسة طفلك عبر التطوع (ص 118).				
10					
16	15	14	13	12	11
	بادر للاجتماع مع معلم طفلك، وأطلعه على المعلومات المتعلقة به (ص 118).				
17					
23	22	21	20	19	18
	اعمد إلى تجربة إحدى الاستراتيجيات المتعلقة بالفروض المدرسية مع طفلك (ص 114).				
24					
30	29	28	27	26	25

الشهر العاشر: الخروج إلى المجتمع

السبت/ الأحد	الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الإثنين
3	2	1			
4					
10	9	8	7	6	5
	عيّن ما يمكن أن يجده طفلك من المواد، في متجر البقالة، ويضعه بسلام في عربة التسوق (ص 132).				
11					
17	16	15	14	13	12
	جهز الكيس البلاستيكي بأغلفة ومقدمات علب المواد التي سينتقيها طفلك من المتجر (ص 132).				
18					
24	23	22	21	20	19
	نفذ إستراتيجية التسوق في متجر البقالة، وكن مستعداً لفرض عواقبك المنطقية على طفلك (ص 132).				
25					
31	30	29	28	27	26
	نفذ إستراتيجية التنقل بالسيارة، عبر التخطيط للأنشطة، واستخدام المخططات المتعلقة بترتيب الجلوس (ص 133).				

الشهر الأول: البدء

السبت/ الأحد	الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الإثنين
3	2	1			
4					
10	9	8	7	6	5
	قوم مسببات توترك الشخصي، وضع خطة للتقليص من مسببات التوتر الأولى (ص 21).				
11					
17	16	15	14	13	12
	نفذ عنصراً إجرائياً واحداً من خطتك، كتحديد موعد مع طبيبك للتعامل مع الاكتئاب (ص 21).				
18					
24	23	22	21	20	19
	نفذ خطتك للحصول على عون إضافي لرعاية الطفل (ص 23).				
25					
	30	29	28	27	26
	اخرج برفقة صديق للاحتفال بخطواتك الأولى للتقليل من مستوى توترك (ص 23).				

الشهر الأول: البدء

السبت/ الأحد	الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الإثنين
3	2	1			
4					
10	9	8	7	6	5
	قوم مسببات توترك الشخصي، وضع خطة للتقليص من مسببات التوتر الأولى (ص 21).				
11					
17	16	15	14	13	12
	نفذ عنصراً إجرائياً واحداً من خطتك، كتحديد موعد مع طبيبك للتعامل مع الاكتئاب (ص 21).				
18					
24	23	22	21	20	19
	نفذ خطتك للحصول على عون إضافي لرعاية الطفل (ص 23).				
25					
	30	29	28	27	26
	اخرج برفقة صديق للاحتفال بخطواتك الأولى للتقليل من مستوى توترك (ص 23).				

الشهر الأول: البدء

السبت/ الأحد	الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الإثنين
3	2	1			
4					
10	9	8	7	6	5
	قوم مسببات توترك الشخصي، وضع خطة للتقليص من مسببات التوتر الأولى (ص 21).				
11					
17	16	15	14	13	12
	نفذ عنصراً إجرائياً واحداً من خطتك، كتحديد موعد مع طبيبك للتعامل مع الاكتئاب (ص 21).				
18					
24	23	22	21	20	19
	نفذ خطتك للحصول على عون إضافي لرعاية الطفل (ص 23).				
25					
	30	29	28	27	26
	اخرج برفقة صديق للاحتفال بخطواتك الأولى للتقليل من مستوى توترك (ص 23).				

الهوامش

الفصل الأول

1. Rey, J. M. (1993). Oppositional Defiant Disorder. American Journal of Psychiatry, 12, 17691778-.

2. Huesmann, L. D., Eron, L. D., Lefkowitz, M. M., & Walder, J. O. (1984). The stability of aggression over time and generations. Developmental Psychology, 20, 11201134-.

3. Comings, D. E. (1997). Genetic aspects of childhood behavior disorders. Child Psychiatry and Human Development, 27, 139150-.

4. American Psychiatric Association. (1990). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4th ed.) Washington, DC: Author.

5. Biederman, J., Newcron, J., & Sprick, S. (1991). Comorbidity of attention deficit hyperactivity disorder with conduct, depression, anxiety, and other disorders. Journal of Psychiatry, 148, 564577-.

6. Monstra, V. J., Monstra, D. M., & George, S. (2002). The effects of stimulant therapy, EEG biofeedback, and parenting style on the primary symptoms of attention-deficity/hyperactivity disorder. Journal of Psychophysiology and Biofeedback, 27, 231249-.

7. Webster-stratton, C. (1990). Stress: A potential disruptor of parent perceptions and family interactions. Journal of Clinical Child Psychology, 19, 302312-.

8. Albidin, R. R. (1983). Parenting stress index: Manual. Charlottesville, VA: Pediatric Psychology Press.

9. O'leary, K. D., & Emery, R. E. (1982). Marital discord and child behavior problems. In M. D. Levine & P. Satz (Eds.), Middle childhood: Develpmental variation and dysfunction (pp. 343364-). New York: Academic Press.

10. Stoneman, Z., Body, G., & Burke, M. (1988). Maternal quality, depression, and inconsistent parenting: Relationship with observed mother-child conflict. American Journal of Orthopsychiatry, 59, 105117-.

11. Kim-Cohen, J., Moffit, T. E., Taylor, A., Panbly, S. J., & Casp, A. (2005). Maternal depression and children's antisocial behavior: Nature and nurture effects. Archives of General Psychiatry, 62, 173181-.

12. American Psychiatric Association. (1990). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4th ed.). Washington, DC: Author.

13. Kennedy, S. H., Lam, R. W., Nutt, D. J., & Thase, M. E. (2004). Treating depression effectively. London: Martin Duntiz, distributed in the USA by Taylor & Francis.

14. Steinhauser, H. C. (1996). Children of alcoholic parents: A review. European Child & Adolescent Psychiatry, 32, 411421-.

15. Malone, S. M., Iacono, W. G., & McGue, M. (2002). Drinks of the father: Father's maximum number of drinks consumed predicts externalizing disorders, substance abuse, and substance abuse disorders in preadolescent and adolescent offspring. Alcoholism: clinical and Experimental Research, 26, 18231832-.

16. Wahle, R., & Dumas, J. (1984). Changing the observational coding styles of insular and noninsular mothers: A step toward maintenance of parent training effects. In R. F. Dangel & R. A. Polseter (Eds.), Parent training: Foundations of research and practice (pp. 379416-). New York: Guilford Press.

17. Bank, L., Forgatch, M. S., Patterson, G. R., & Fetrow, R. A. (1993). Parenting practices of single mothers: Mediators of negative contextual factors. Journal of Marriage and the Family, 55, 371384-.

18. Dubrow, E. F., & Ippolito, M. F. (1994). Effects of poverty and quality of the home environment on changes in the academic and behavior adjustment of elementary school-age children. Journal of Clinical Child Psychology, 23, 401412-.

19. Ackerman, B. P., Kogos, J., Youngstrom, E., Schoff, K., & Izard, C. (1999). Family instability and the problem behaviors of children from economically disadvantaged families. Developmental Psychology, 3, 246257-.

20. Homel, R., Burns, A., & Goodnow, J. (1987). Parental social networks and child development. Journal of Social and Personal Relations, 4, 159177-.

21. Lessenberry, B. H., & Rehfeldt, R. A. (2004). Evaluating stress levels of parents of children with diaabilities. Exceptional Children, 70, 234244-.

22. Donnenberg, G., & Baker, B. L. (1991). The impact of young children with externalizing behaviors on their families. Journal of Abnormal Child Psychology, 21, 179198-.

23. Kazdin, A. (1987). Treatment of antisocial behavior in children: Current status and future direction. Homewood, IL: Dorsey.

24. Beals, D. E. (2001). Eating and reading: Links between family conversations with preschoolers and later language literacy. In D. K. Dickinson, E. Pattons, & E. Tabors (Eds.), Beginning literacy with language: Young children learning in home and school. Baltimore: Paul H. Brookes.

25. Wildawsky, R. (1994, October). What's behind success in school? Reader's Digest, 4955-.

26. Bowden, B. S., & Zeisz, J. M. (1997). Supper's on! Adolescent adjustment and frequency of family mealtimes.

ورقة مقدمة في الاجتماع السنوي، الخامس بعد المئة، للجمعية الأمريكية للعلوم النفسية، شيكاغو، آي ال.

27. Harris, R. J. (1989). A cognitive psychology of mass communication. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.

28. Bandura, A., Ross, D., & Ross, S. A. (1961). Transmission of aggression through imitation of aggressive models. Journal of Abnormal and Social Psychology, 63, 575582-.

29. Eron, L. D. (1963). Relationship of TV viewing habits and aggressive behavior in children. Journal of Abnormal and Social Psychology, 64, 19931996-.

30. Howitt, D., & Cumberpatch, G. (1975). Mass media, violence and society. London, Paul Elck.

31. Philips, D. P. (1986). Natural experiments on the effects of mass media violence on fatal aggression. In R. Berkowitz, (Ed.), Advances in experimental social psychology. San Diego: Academic Press.

32. Joy, L. A., Kimball, M. M., & Zabrack, M. L. (1986). Television and children's aggressive behavior. In T. M. Williams (Ed.), The impact of television: A natural experiment in three communities (pp. 303360-). Orlando, FL: Academic Press.

33. Huesmann, L. R., Moise-Titus, J., Podolski, C., & Eron, L. D. (2003). Longitudinal relations between children's exposure to TV violence and their aggressive and violent behavior in young adulthood, 19771992-. Developmental Psychology, 39, 201221-.

34. Ahlstrom, W. M., & Havighurst, R. J. (1971). 400 losers. San Francisco: Jossey-Bass.

الفصل الثالث

35. Bowlby, R. (1956). Mother-child separation. In K. Soddy (Ed.), Mental health and infant development, Vol 1: Papers and discussion. Oxford: Basic Books.

36. Bowlby , R . (2004). Fifty years of attachment theory . London : Karnac Books.

37. Bowlby, R. (1958). The nature of the child's tie to his mother. International Journal of Psycho-Analysis, 39, 350373-.

38. Ainsworth, M. S., Bell, S. M., & Stayton, D. J. (1971). Individual differences in strange situation behavior of one-year-olds. In J. R. Schaffer (Ed.), The origins of human social relations (pp. 1757-). London: Academic Press.

39. Erickson, M. F., Sroufe, L. A., & Egeland, B. (1985). The relationship between quality of attachment and behavior problems in preschool in a high-risk sample. In I. Bretherton & W. Waters (Eds.), Growing points of

attachment theory and research. Monographs of the Society for Research in Child Development, 50, 147166-. Chicago: University of Chicago Press.

40. Allen, J. P., Hauser, S. T., & Borman-Spurell, E. (1996). Attachment theory as a framework for understanding sequelae of severe and adolescent psychopathology: An 11-year follow-up study. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 64, 254263-.

41. Bates, J. E., & Bayles, K. (1988). Attachment and the development of behavior problems. In J. Belsky & T. Nezworski (Eds.), Clinical implications of attachment. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.

الفصل الرابع

42. Duker, P. C., & Syes, D. M. (1983). Symposium on behaviour modification treatments II: Long-term follow-up effects of extinction and overcorrection procedures with severely retarded individuals. British Journal of Mental Subnormality, 27(57, Pt 2), 7480-.

43. Forehand, R., & McMahon, R. J. (1981). Helping the noncompliant child: A clinician's guide to parent training. New York: Guilford Press.

44. Perske, R. (1972). Dignity of risk and the mentally retarded. Mental Retardation, 10, 2427-.

الفصل الخامس

45. Premack, D. (1954). Reinforcement of drinking by running: Effect of fixed ratio and reinforcement time. Journal of Experimental Analysis of Behavior, 7, 9196-.

46. Schopler, E. (1988). Individual assessment and treatment for autistic and developmentally disabled children. Baltimore: University Park Press.

الفصل السادس

47. Patterson, G. R. (1989). Coercive family process. Eugene, OR: Castilia.

48. Riley, D. A. (1997). The defiant child: A parent's guide to oppositional defiant disorder. New York: Guilford Press.

49. Dobson, J. (2004). The strong-willed child: Birth through adolescence. Wheaton, IL: Tyndale House.

50. Bjorklund, D. F., & Harnishfeger, K. K. (1995). The evolution of inhibition mechanisms and their role in human cognition and behavior. Interference and Inhibition in Cognition, 141173-.

51. Glasser, W. (1965). Reality therapy: A new approach to psychiatry. New York: Harper & Row.

الفصل السابع

52. History of the Prohibition Act of 1920.(2002).

منقول، في 15 تموز/ يوليو 2006، عن:

.http://www.id.essortment.com/historyprohibition

53. Van Houten, R. (1983). Punishment: From the animal laboratory to the applied setting. In S. Axelrod & J. Apsche (Eds.), The effects of punishment on human behavior (pp. 1344-). New York: Academic Press.

54. Dodson, J. (1992). The new dare to discipline. Wheaton, IL: Tyndale House.

55. Azrin, N. H., & Besalel, V. A. (1980). How to use over-correction. Lawrence, KS: H & H Enterprises.

56. Weiner, H. (1962). Some effects of response-cost on human operant behavior. Journal of the Experimental Analysis of Behavior, 5, 201208-.

57. Bostow, D. E., & Bailey, J. B. (1969). Modification of severe disruptive and aggressive behavior using brief timeout and reinforcement procedures. Journal of Applied Behavior Analysis, 2, 3137-.

58. Barkley, R. A., & Benton, C. M. (1998). Your defiant child: 8 steps to better behavior. New York: Guilford Press.

59. History of the Treatment of Mental Illness.

تمت مراجعته، في 20 آذار/ مارس 2007، عبر:

http://www.mentalhealthworld.org/29ap.htm

60. Wool, D. I., & Stephens, T. M. (1978). Twenty-five years of caring for and treating feeble-minded person in the United States: A review of the literature from 1874 to 1900. Journal of Special Education, 12, 219229-.

61. Lovass, O. I., Schreibman, L., & Koegel, R. L. (1974). A behavior modification approach to the treatment of autistic children. Journal of Autism & Childhood Schizophrenia, 4, 111129-.

62. Dreikurs, R., & Grey, L. (1968). Logical consequences. New York: Meredith Press.

63. Glaser, W. (1965). Reality therapy: A new approach to psychiatry. New York: Harper.

الفصل الثامن

64. القانون العام 94 - 142 (اس. 6)، قانون تعليم الأطفال المعوقين كافة، لعام 1975.

65. قانون تعليم الأفراد ذوي الإعاقات، لعام 2004.

66. Burns, G. L., Walsh, J. A., Gomez, R. N. (2006). Measurement and structural invariance of parent ratings of ADHD and ODD symptoms across

gender for American and Malaysian children. Psychological Assessment, 18, 452457-.

67. الحماية والدفاع عن حقوق الأفراد (بي اى آي آر) ضمن قانون إعادة التأهيل، لعام 1973.

عن المؤلفين

فيليب س. هال، دكتوراه في علم النفس. عالم نفس مجاز، ذو خبرة تمتد أربعة وثلاثين عاماً في التعامل مع الأطفال والمراهقين، الذين، لسبب أو لآخر، يكافحون لبلوغ النجاح. عمل، عبر مشواره المهني، مديراً لبرنامج علاج المراهقين من المخدرات في داكوتا الجنوبية، ومديراً للخدمات النفسية في عيادة الإعاقات التطورية، التابعة لكلية الطب في جامعة داكوتا الجنوبية، ومديراً للبرنامج التدريبي لعلم النفس المدرسي في جامعة داكوتا الجنوبية، ومديراً للبرنامج التدريبي لعلم النفس المدرسي في جامعةماينوت ستايت. عمل الدكتور هال، أثناء وجوده في جامعة ماينوت ستايت ، بالتنسيق مع المجتمع الطبي، ومركز الصحة النفسية، والنظام التعليمي الحكومي، على تأسيس عيادة شاملة للأطفال المتمردين وذويهم. يواصل الدكتور هال في المدة الأخيرة، بعد تقاعده من العمل الأكاديمي، تقديم الاستشارات على نطاق واسع. يعمل الدكتور، ضمن مشروعاته الحالية، على تقديم العون لاثنتين من المدارس الداخلية، الواقعة خارج المحميات، التي تضم أطفالاً من السكان الأصليين، بغية الانتقال من النموذج التأديبي المستند إلى المعاقبة، إلى نموذج الرعاية القائم على تكريس روح الانضباط. انخفض عدد المشكلات السلوكية إلى النصف، في كلتا المدرستين، فضلاً عن ارتفاع معدل الإنجاز الدراسي، والقدرة على الحفظ، بينما عبر الطلاب، وفق الإحصاءات، عن شعورهم بالمزيد من الرضا والارتياح. يعكس هذا الكتاب ما تعلمه الدكتور هال عبر تجربته المستندة إلى التعامل مع الأطفال، وذويهم، وما يخدمهم من منظمات.

نانسي هال، دكتوراه في التربية. عملت طوال السبعة والعشرين عاما المنصرمة في الإدارة التعليمية، بما يشمل خمسة عشر عاماً مديرة لإحدى المدارس الابتدائية، حيث عملت عن قرب مع ما يزيد على خمسمئة طالب في العام الدراسي الواحد، فضلاً عن ذويهم، ومعلميهم، ومزوديهم بالخدمات المجتمعية. حظيت نانسي، في ذلك الموقع، بالكثير من الخبرة فيما يتعلق بتوجيه الأطفال العدوانيين، الفوضويين، والمتمردين، فضلاً عن تعلمها كيفية مساعدة الوالدين والمعلمين في توفير ما يكفل النجاح لأولئك الأطفال من البيئات والجداول. تعلمت نانسي، إضافة إلى ذلك، كيفية التفاعل مع الأطفال المتمردين بما يشجعهم على السلوك الإيجابي. تشغل حاليا منصب عميد كلية التربية في جامعة بلاك هيلز ستايت، لتعمل على توفير القيادة لتطوير الجيل المقبل من المعلمين.

اشترك فيليب ونانسي هال في تأليف كتاب «تعليم الأطفال المصابين باضطراب العناد الشارد»، الذي نشر من قبل جمعية المناهج والتطوير (I.S.C.D). نال الكتاب جائزة المصباح الذهبي، استناداً إلى الحاجة التربوية الماسة التي تمت مقاربتها، إضافة إلى جودة الكتابة. بقي الكتاب واحداً من أكثر أعمال الجمعية مبيعاً طوال السنوات الثلاث المنصرمة. لم ينل هذا الكتاب النجاح في البلاد فحسب؛ بل ترجم إلى الصينية، ونشر في الصين من قبل مؤسسة «شاينا لايت برس». عمل الكتاب، فضلاً عن العديد من الإصدارات ذات الصلة، والعروض الدولية، على إذاعة صيتهما بوصفهما خبيرين في إرشاد الآخرين إلى ما هو جديد ومفيد من الطرائق لمساعدة الأطفال المتمردين.

قام بتصوير الكتاب
أحمد ياسين
للمتابعة عبر تويتر
@Ahmedyassin90

تربية طفل متمرد

دليل يحفظ العقل لإيقاف السلوك السيئ